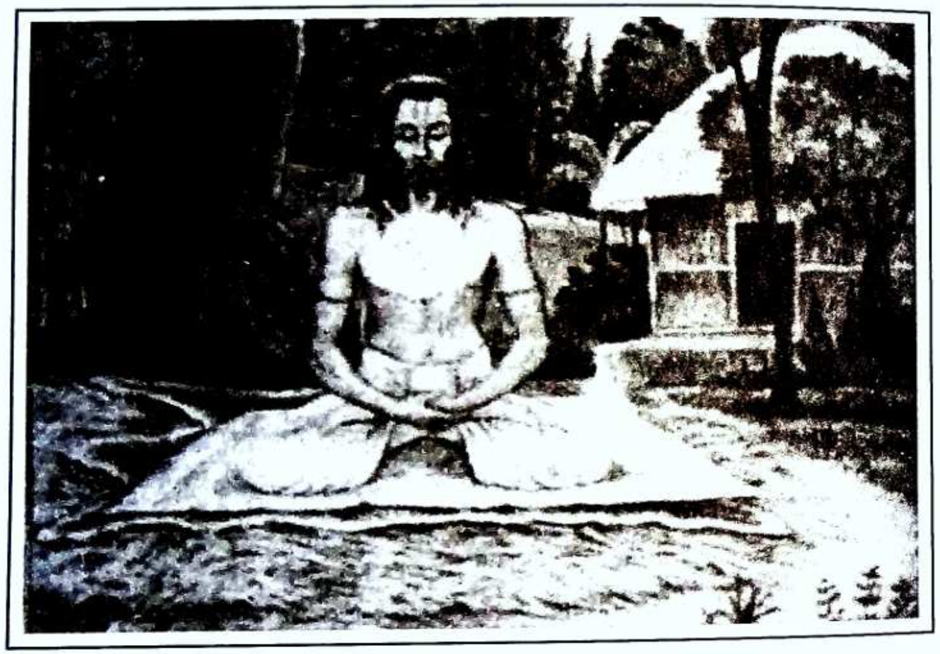


చైతన్య భగవద్గీత

అథ షష్ఠోఽ ధ్యాయః - ఆరవ అధ్యాయము

ఆత్మసంయమ యోగః - ఆత్మసంయమ యోగము

ధ్యానమె నీ నావ - ధన్యము నీ త్రోవ

ప్రతి ఒక్కరు జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో బాహ్య ప్రపంచం నుండి విడిపడి హృదయంలో ఒదిగి ఉండాలనే ప్రయత్నం చేస్తారు. ఆ సమయం ఏదో, అదే ధ్యానానికి శ్రీకారం అవుతుంది. అది గత జన్మలో జరిగి ఉంటే ఈ జన్మలో అప్రయత్నంగా ధ్యానం ప్రారంభ మవుతుంది. కొందరికి ఈ జన్మ లోనే శ్రీకారం చుట్టబడి ధ్యానం ఆరంభం కావచ్చు. ఏ పుణ్యమూ లేని వారికి ఈ జన్మలో కూడా ధ్యాన స్పృహ కలుగక పోవచ్చు. కానీ, భవిష్యత్తులో మరో జన్మలో నైనా, ఏదో ఒక శుభవేళ ధ్యానావేశం కలుగక పోదు. ధ్యాన నౌకలో ఎక్కి ప్రయాణం చేసి శాంతి తీరాన్ని చేరే అవకాశం ప్రతి జీవికి కలుగుతుంది.

ఏ బంధమైనా ఏదో ఒకనాడు తొలగి పోవలసిందే. ఈ విషయంలో సంసార బంధానికి ప్రత్యేకత లేదు. జన్మ కొచ్చిన ప్రతి ప్రాణికి జన్మ రాహిత్యం తప్పదు. ఎప్పుడు, ఎక్కడ, ఎలా? అనే ప్రశ్నలకు సంస్కారాలే సమాధానాలు చెబుతాయి. బంధ మోక్షాలకు మధ్యలో గోచరిస్తున్న భయంకరమైన సాగరమే సంసారము. సంసార జలధిని దాటి మోక్ష తీరాన్ని చేరే వారు ఏదో ఒక సమయంలో ఎక్కడో ఒక్క చోట ధ్యాన నౌకను ఎక్కి పయనిస్తారు.

ధ్యాన వైభవం

ధ్యానం అనేది జ్ఞానం కాదు. ధ్యానం అనేది కర్మ. మానస కర్మ. మనస్సు ద్వారా చేసే కర్మ ధ్యానము. ఏ కర్మ అయినా మనస్సులో పుట్టేదే కదా! నిజమే. ఏ కర్మ చేయాలన్నా, ఆ కర్మకు సంబంధించిన జ్ఞానం ముందుగా ఉండాలి. జ్ఞానం బుద్ధిలో ఉంటుంది. కనుక కర్మాచరణమునకు ముందే కర్మకు సంబంధించిన ఆలోచనలు మనస్సులో ఉంటాయి.

వంట చేయడానికి ముందే వంటకు సంబంధించిన ఆలోచనలు మనస్సులో ఉంటాయి. అలాగే, ధ్యానం చెయ్యడానికి ముందే ధ్యానానికి సంబంధించిన ఆలోచనలు మనస్సులో ఉంటాయి. అన్నీ కర్మలే. అన్ని కర్మల వెనుక కర్మలకు సంబంధించిన జ్ఞానం ఉంది. ధ్యానం కూడా కర్మే. కనుక, ధ్యానం వెనుక కూడా ధ్యానానికి సంబంధించిన జ్ఞానం ఉంది.

కాకపోతే, అన్ని కర్మల లాగే ధ్యానం కూడా కర్మే అయినా, ధ్యానం అనేది అన్ని కర్మల వంటిది కాదేమో! అందుచేతనే, ధ్యానం చేయడమా? ధ్యానంలో ఉండటమా? అనే ప్రశ్నను ఐదవ అధ్యాయం చివర లోనే చర్చించు కున్నాము.

ధ్యానం మానస కర్మ కావచ్చు. అలాగని ధ్యానం అన్ని కర్మల వంటిది కాదు. అన్ని పనుల లాంటిది కాదు. కర్మ కాని కర్మ ధ్యానము. పని కాని పని ధ్యానం. అది కూడా ఎలాగో చెప్పుకుందాం.

ఏ పని చేసినా, పనిలో మనిషి అలసిపోవడం మనం చూస్తూ ఉంటాము. కాని ధ్యానంలో మనిషి అలసి పోడు. పైగా, అలసటను పోగొట్టు కుంటాడు.

పనిలో శక్తి క్షీణిస్తుంది. కాని, ధ్యానంలో మనిషికి అపార శక్తి ప్రాప్తిస్తుంది. పని చేసిన తరువాత వ్యక్తికి

విశ్రాంతి అవసరం అవుతుంది. ధ్యానం కూడా పని అయ్యేటట్లైతే, ధ్యానం చేసిన తరువాత మనిషి విశ్రాంతిని కోరుకోవాలి. కాని, మన అనుభవం ఇందుకు భిన్నంగా ఉంది.

ధ్యానం తరువాత మనిషి అలసి పోవడం లేదు. అతనికి విశ్రాంతి యొక్క అవసరం తెలియడం లేదు. పైగా అలసి పోయిన వ్యక్తి ధ్యానంలో విశ్రాంతిని పొందడం జరుగుతూ ఉంది. పని వ్యక్తికి అలసటను కలిగిస్తుంది అంటే అర్థం చేసుకోగలం. పనిలో అలసి పోయిన వ్యక్తి ధ్యానం అనే కర్మ నాచరించి అలసటను పోగొట్టుకుంటున్నాడు అంటే, ధ్యాన మనేది ఎంతటి అద్భుతమైన కర్మో కొద్దిగా ఆలోచించండి!

సాధారణంగా ఏ పనిలో నైనా ఆదుర్దా ఉంటుంది. ఆందోళన ఉంటుంది. దీనికి భిన్నంగా ధ్యాన మనే మానస క్రియలో ఆనందం ఉంటుంది. ప్రశాంతత ఉంటుంది. ధ్యానం కర్మే అయినా కర్మ లక్షణాలు ఏవీ ధ్యానంలో కనిపించడం లేదు. ఇక్కడే ధ్యానక్రియ సర్వ కర్మలకు విలక్షణంగా, వినూత్నంగా శోభిస్తూ ఉంది.

ధ్యాన స్వభావం - వృత్తి విశేషం

కార్యాలయంలో కంప్యూటర్ వద్ద పని చేయడం కర్మ. అలాగే స్నానం చేయడం కర్మ. భోజనం చేయడం కర్మ. కంప్యూటర్ వద్ద పనిని పూర్తి చేయమని ఒకరు మరొకరికి చెప్తారు. కాని స్నానం చెయ్యమని, భోజనం చెయ్యమని ఒకరు మరొకరికి చెప్ప వలసిన అవసరం లేదు. అవసరాలుగా మారిన వ్యాపకాలకు మరొకరి ప్రోత్సాహం అవసరం ఉండదు. మరి, ధ్యానం ఎలాంటి కర్మ?

ఈ అధ్యాయం సంపూర్ణంగా ధ్యానాన్ని గూర్చే చర్చిస్తుంది. అన్ని విషయాలను ఉపోద్ఘాతం లోనే చెప్పుకోవలసిన అవసరం లేదు. ముమ్మందు ఆసక్తికర మైన అనేక అంశాలను మనం చర్చించు కుంటాము. కాకపోతే, ఒకటి రెండు ప్రధానమైన అంశాలను ఈ దశలో కూడా అర్థం చేసుకోవడం చాలా అవసరం.

కర్మాచరణంలో శక్తి క్షీణించడం, అలసట చెందడం అనే వాటిని రెండు కోణాల నుండి ఈ సందర్భంలో అర్థం చేసుకోవడం ముఖ్యమని నా అభిప్రాయం. మొదటిది, ఇతరుల ప్రోద్బలంతో, ప్రేరణతో, బలవంతంగా ఆచరింపబడే ఏ కర్మలో అయినా తొందరగా అలసి పోతూ ఉంటాము. కారణం, అలాంటి కర్మాచరణములో శక్తి ఎక్కువగా క్షీణిస్తూ ఉంటుంది. కర్మలలో ఒత్తిడి ఉండటమే దీనికి ముఖ్య కారణము.

ఇక రెండవ విషయాని కొస్తే, ఇది కాస్త శాస్త్రీయంగా, సహేతుకంగా అర్థం చేసుకో వలసిన విషయము. కష్టమైన విషయం కాదు గాని, కాస్త మనస్సును స్థిరంగా పెడితే గాని అర్థం కాని విషయము.

ఏ కర్మలో నైనా పరిణామ క్రమము అనివార్యంగా ఉంటుంది. ఈ క్రమం లోనే శక్తి క్షీణించడం, అలసట చెందడం జరుగుతూ ఉంటాయి. కర్మ జరుగుతూ ఉంది అంటే, అది ఒక దృశ్యాన్ని చూడటము కావచ్చు, లేదా ఒక పదార్థాన్ని రుచి చూడటం కావచ్చు. ఈ మాత్రం కర్మలలో కూడా శక్తి ఖర్చు అవుతూ ఉంటుంది. అదే అలసట.

మనం ఒక వస్తువును చూస్తున్నాము అంటే, కేవలం దానిని కళ్ళతో చూడటమే కాదు, దానిని అర్థం చేసుకుంటున్నాము కూడా. అలాంటి ప్రక్రియలో మన దేహ, ఇంద్రియ, ప్రాణ, మనస్సుల నుండి శక్తి ప్రవహించడం జరుగుతుంది. అప్పుడే విషయ జ్ఞానము వ్యక్తికి అందుతుంది. వీటి వల్ల ఏమి వస్తూ ఉంది అనేది అలా ఉంచితే, ప్రవాహ రూపంలో శక్తి విడుదలై, సహజంగా మనలో ఉన్న శక్తిని క్షీణింప చేస్తూ ఉంది అనేది వాస్తవం.

నాలుక మీద రసగుల్లా ముక్కను పెట్టుకుని దానిని చప్పరిస్తూ ఉంటే ఒక మధురానుభూతి కలుగుతూ

ఉంది అనేదే అందరికీ తెలుసు. కాని, ఆ విధమైన ప్రక్రియలో మన దేహము, దేహము లోని అంగము లన్నీ కలిసి ఒక యంత్రం లాగా పని చేయడం ప్రారంభిస్తాయి అనే ఎరుక అందరికీ ఉండదు. నాలుకపై రసగుల్లా ముక్క పడిన క్షణమే నోటిలో లాలాజలం ఊరుతూ ఉంది. నాలుక రుచి చూస్తూ ఉంది. ఆ రుచిని మనస్సు తెలుసుకుంటూ ఉంది. అంతే. అనుభూతికి సంబంధించిన భావ తరంగాలు బుద్ధి సరోవరంలో చలించడం ప్రారంభిస్తున్నాయి.

ఒక వైపు చప్పరిస్తూ మ్రింగుతూ ఉంటే, మరో వైపు ఆహార నాళం ద్వారా రసం క్రిందికి జారుతూ ఉంది. ఆహార నాళం పని చేయడం ఆరంభిస్తుంది. రక్త ప్రవాహములో చలనము, ప్రతి జీవకణంలో స్పందన - ఇలా చూచినపుడు, దేహ మంతా ఒక్కసారి ఒక కర్మాగారంలా పని చేయడం ఆరంభిస్తుంది అనేది అర్థ మవుతుంది. ఒక్క రసగుల్లా ముక్క నాలుకపై పడితే ఇంత జరిగింది అంటే అని మనం నమ్మలేక పోవచ్చు. ఈ విషయాన్ని నమ్మమని ఎవరన్నారు? ఇది నమ్మకానికి కాదు, జ్ఞానానికి సంబంధించిన విషయం. కనుక తెలుసుకోవలసిన సత్యం.

ఈ విధంగా ప్రతి కర్మ ఏదో ఒక విషయంగా, వస్తువుగా రూపాంతరం చెందే ప్రక్రియలో ఉండటం చేత కర్తలో శక్తి క్షీణిస్తూ ఉంటుంది. ధ్యానం అనేది సాధారణ కర్మల లాగా ఏదో ఒక పరిస్థితిగా మారే కర్మ కాదు. తనలో తాను ఉండే స్థితియే ధ్యానము. కర్త యొక్క చిత్త మనే నది నుండి కదిలే వృత్తి ప్రవాహము విషయ ప్రపంచములో పడిపోవడం సాధారణ కర్మలలో జరుగుతూ ఉంటే, బాహ్యానికి ప్రవహించే ఈ వృత్తి ప్రవాహము ధ్యానంలో అడ్డగింపబడి అంతర్ముఖం గావింప బడటం చేత, నిరోధింపబడిన ఈ చిత్త నదీ ప్రవాహము చిదానంద సాగరంలో విలీన మవుతుంది. ఈ విధంగా సర్వ కర్మలలో క్షయ మయ్యే శక్తి ప్రవాహం ధ్యానంలో మాత్రం అక్షయంగా వృద్ధి చెందుతూ ఉంది. ఈ విషయాలన్నీ ముమ్మందు శ్లోకాలు ప్రారంభమైన తరువాత చర్చించు కుందాం.

సిద్ధ పడితేనే సిద్ధిస్తుంది

'నేను ధ్యానం చెయ్యాలి. నేను ధ్యానం చేస్తాను. నాకు ధ్యానం చెప్పండి. ధ్యాన మంత్రాన్ని ఉపదేశించండి', అని చాలా మంది మాట్లాడుతూ ఉంటారు. ఈ మాటలలో మాటలే ఉన్నాయి. మనస్సు లేదు. మనస్సే లేనపుడు హృదయం ఉంటుందా? అందుచేత, ఎవరినో ఒకరిని మెప్పించి, లేదా నొప్పించి మంత్రదీక్ష తీసుకుంటారు. రోజులు గడిచే కొద్ది ధ్యానాన్ని వదిలేస్తారు. మంత్రాన్ని మరచి పోతారు.

నేను ధ్యానం చెయ్యాలి - చేస్తాను అనేది ముఖ్యం కాదు. నేను ధ్యానం చెయ్యగలనా? ధ్యానం చేసే మనస్సు నాకు ఉందా? ఇలా ప్రశ్నించుకోవడం ప్రధానమైన విషయం. ధ్యానం చేసే మనస్సు లేనపుడు ధ్యానం ఎవరిలో అయినా ఎంత కాలం నిలుస్తుంది?

ఆఖ్యాయిక

చికిత్స కొరకు తన వద్దకు వచ్చిన రోగిని పరిశీలించి కొన్ని కుశల ప్రశ్నలు అడిగిన తరువాత, 'ఇంతకీ మీ సమస్య ఏమిటి?' అని అడిగాడు మానసిక వైద్యుడు.

'ఏం చెప్పేది సార్! నేను ఎక్కడి కెళ్ళినా ఇతరులను సంతోష పెట్టడానికే వెళ్తాను. కాని ఫలితం అందుకు భిన్నంగా ఉంటుంది. ఎవరిని సుఖ పెట్టాలనుకున్నా వాళ్ళు మాత్రం నా వల్ల బాధ పడుతూనే ఉంటారు. ఇంటి లోను, వీధి లోను ఇదే పరిస్థితి' అన్నాడు ఆ మానసిక రోగి.

'వాళ్ళెందుకు బాధ పడుతున్నారో, కారణం నీ కేమైనా తెలుస్తూ ఉందా?' అని మళ్ళీ ప్రశ్నించాడు వైద్యుడు.

'అదే సార్! నేను ఎక్కడి కెళ్ళినా, నన్ను నా కూడా తీసుకొనే పోతాను. ఇంట్లో ఉన్నా నేను నా కూడానే ఉంటాను. అక్కడే వస్తుంది సమస్య' అన్నాడు రోగి.

తరువాత ఏమి అడగాలో అర్థం గాక వైద్యుడు తల పట్టుకున్నాడు. 'మీరెందుకు తల పట్టుకుంటున్నారు సార్?' అని ప్రశ్నించాడు రోగి. 'ఏం లేదు, నువ్వు నీ కూడానే ఉన్నావు కదా, అందుకని!' అన్నాడు వైద్యుడు.

'పోనీలెండి సార్! మీరు ఒక్కరన్నా నా వల్ల సుఖ పడ్డారు. నాకు అదే చాలు' అన్నాడు మానసిక రోగి.

మనిషి దేని కోసం పరుగులు తీస్తున్నాడో, దేని నుండి పారి పోవా లనుకుంటున్నాడో, ఆ రెండూ తనలో ఉన్నాయే గాని బయట లేవు. ఇది అర్థమైతే, పరుగులు మాని మనస్సు స్థిరంగా ఉంటుంది.

మనస్సు ధ్యానంలో స్థిరంగా ఉండాలి అంటే, మరొక చోట ఉండే అవసరం మనస్సుకు ఉండకూడదు. ధ్యాన సమయంలో బాహ్య విషయాల ఒత్తిడి మనస్సు మీద ఉండకూడదు. చేయవలసినవి బయట వేచి ఉన్నాయి అని మనస్సుకు తెలిస్తే చాలు. ధ్యానంలో మనం కళ్ళు మూసినా, బాహ్య విషయాలు కళ్ళను తెరిపించి మరీ మనస్సును బయటికి ఈడుస్తాయి.

చేయవలసినవి, చేయదగినవి చేసేశాను, ప్రస్తుతం స్వేచ్ఛగా ఉన్నాను, అనే నిర్ధారణ మనస్సులో ఏర్పడిన వారే ధ్యానం చేయ గలుగుతారు. ధ్యానంలో యోగికి ఉత్సాహం ఉండాలి. ఆసక్తి ఉండాలి. ధ్యానం అవసరంగా మారాలి.

ఆహారం అవసరం కనుక, ఎవరు చెప్పక పోయినా భోజనం చేస్తున్నాం. పానీయమైనా, నిద్ర అయినా అంతే. అవి ఏవి లోపించినా ప్రాణం పోతుంది. అందుకని వాటిని అనివార్యంగా ఆచరిస్తున్నాం.

ధ్యానం అలాంటి అవసరం కాదు. ధ్యానం చేయనంత మాత్రాన ప్రాణం పోదు. అందుచేత, ఇతరులు చెబితే గాని ధ్యానం చెయ్యం. కాని ధ్యానం అనేది ఆహార పానీయాల వంటి అవసరం కాదు, అంతకన్నా ఎక్కువైంది అనే సత్యము కనుక అర్థమైతే, ఆ తరువాత ధ్యానం నిరాటంకంగా ప్రవాహ రూపంలో సాగుతుంది.

ఆకలి లేకపోయినా మనుషులు తింటూనే ఉంటారు. నిద్ర రాకపోయినా, వస్తుందనే ఆశతో మంచం మీద పడి దొర్లుతూ ఉంటారు. కాని, ఆసక్తి లేనపుడు, అవసరం తెలిసి రానపుడు ధ్యానం చేసే ప్రయత్నం చేస్తారా? ఆలోచించండి.

నేను ఆహారం తీసుకోను అని ఒక వ్యక్తి భీష్మించు కుంటే, అతడి చేత ఏదో ఒక ఉపాయంతో ఆహారం తినిపించ గలం. నిద్ర రాని వాడికి మందు లిచ్చి అయినా నిద్ర పోయేలా చేయ గలం. ధ్యానాసక్తి లేని వ్యక్తి చేత ధ్యానం ఎలా చేయించ గలం? ధ్యానాసక్తి లేని మనస్సును ధ్యానంలో ఎలా నిలుప గలం?

అలాంటి వ్యక్తులను ఒకచోట కూర్చోబెట్టి బలవంతంగా కళ్ళు మూయించ గలం. కాని, ధ్యానం చేయించ లేము. చేయించినా, అది ధ్యానంలా ఉండదు. ఇలాంటి వారే తరచుగా, 'నాకు ధ్యానం సాగటం లేదు. మనస్సు నిలవటం లేదు. ఏకాగ్రత కుదరటం లేదు. నాకు ధ్యానంలో తృప్తి లేదు' అంటూ ఉంటారు.

ధ్యానంలో తృప్తి లేదు అని చెప్పడం కాకుండా, తృప్తితో ధ్యానం చేసే మనస్సు నాకు లేదు అనే వాస్తవాన్ని వాళ్ళు అర్థం చేసుకోవాలి. అవసరాన్ని గుర్తించి, ఆసక్తిని పెంపొందించుకొని మనస్సు ధ్యానానికి సిద్ధపడి నపుడే ధ్యానం సిద్ధిస్తుంది.

జ్ఞాన మార్గంలో ధ్యాన సాధన

మోక్షము అనేది జ్ఞానం ద్వారానే సిద్ధిస్తుంది అని ఇప్పటికే క్షుణ్ణంగా గ్రహించాము. జ్ఞాన ప్రాప్తికి చిత్తశుద్ధి అనివార్యం అని కూడా గ్రహించాము. చిత్తశుద్ధికి కర్మయోగం బహిరంగ సాధన కాగా, ధ్యానం అంతరంగ సాధనగా ఉంది. కర్మయోగం ద్వారా చిత్తశుద్ధి, ధ్యానం ద్వారా చిత్త నైశ్చల్యము కలుగుతూ ఉన్నాయి. ఈ రెండిటి చేత శుద్ధి పడిన బుద్ధి జ్ఞానమును పొంది, తద్వారా మోక్షమును పొందుతూ ఉంది. కనుక జ్ఞాన సాధనలలో ధ్యానం ఎంత అవసరమైందో ప్రత్యేకించి చెప్ప నవసరం లేదు. అందుచేత, భగవద్గీతలో ఈ ఆరవ అధ్యాయమైన ఆత్మసంయమ యోగమునకు ఒక ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. భగవద్గీతకు సంస్కృత వ్యాఖ్యానకర్త లైన ముఖ్యులలో ఒకరైన శ్రీధర స్వామి తమ 'సుబోధినీ' వ్యాఖ్యానంలో ఈ ఆరవ అధ్యాయం యొక్క ప్రాశస్త్యాన్ని విశేషంగా శ్లాఘించారు.

చిత్తే శుద్ధేఽ పి న ధ్యానం వినా సంన్యాస మాత్రతః ।
ముక్తి స్స్యాదితి షష్ఠేస్మి న్ధ్యాన యోగో వితన్యతే ॥

చిత్తశుద్ధి కలిగినా, ధ్యానము సిద్ధించకుండా, సన్యాసము స్వీకరించి నంత మాత్రాన ముక్తి సాధ్యం కాదు అని భావించి, ఈ షష్ఠాధ్యాయమున భగవంతుడు ధ్యానయోగమును విస్తరించి చెప్పడానికి ఉపక్రమించాడు అని శ్రీధరీయం.

ఆరవ అధ్యాయము

ఈ అధ్యాయానికి ఆత్మసంయమ యోగము అనే పేరు ప్రాచుర్యంలో ఉంది. ధ్యానయోగము అనేది బహుళ ప్రచారములో ఉంది. ఆచార్యుల వారు దీనిని అభ్యాస యోగము అని అన్నారు.

ఐదవ అధ్యాయాన్ని సమాప్తం చేస్తూ, చివరి మూడు శ్లోకాలలో ధ్యానయోగాన్ని సూత్రప్రాయంగా ప్రస్తావించాడు భగవంతుడు. అంతరంగ సాధన మైన ధ్యానమును చేయు సాధకునికి ఉండ వలసిన లక్షణములను, ధ్యాన సాధనను మొదటి రెండు శ్లోకాలలో ***(స్పర్శాన్ కృత్వా బహిః బాహ్యాన్)*** వివరించి, మూడవది అయిన చివరి శ్లోకంలో ***(భోక్తారం యజ్ఞ తపసాం)*** ధ్యేయ రూపుడైన పరమేశ్వరుని నిరూపించడం జరిగింది. ధ్యానయోగానికి సూత్ర భూతాలుగా చెప్పబడిన ఈ మూడు శ్లోకాలకు వృత్తి స్థానీయంగా ఈ ఆరవ అధ్యాయం ప్రారంభింప బడుతూ ఉంది అన్నారు భాష్యంలో శ్రీ శంకరాచార్యస్వామి ***(తేషాం వృత్తి స్థానీయః అయం షష్ఠాధ్యాయః ఆరభ్యతే)***. సూత్రములకు చేసే వ్యాఖ్యానాన్ని వృత్తి అంటారు.

శ్రవణ మనన నిదిధ్యాసలచే ప్రాప్తించే జ్ఞానానికి ప్రతిబంధకము లేకుండా ఉండాలి అంటే ధ్యానము అవశ్య కర్తవ్యమై ఉంది. అట్టి ధ్యాన యోగము యొక్క అంతరంగ బహిరంగ సాధనలను తెలియ చేయడంతో పాటు, ధ్యాన లక్షణము, విధానము, ఫలితము, మొదలైన అనేక ముఖ్యాంశాలను చర్చించుట కొరకు ఈ ఆరవ అధ్యాయము ఆరంభింప బడుతూ ఉంది.

ఇది ఆరవ అధ్యాయము. ఆత్మసంయమ యోగము. ఇక్కడ ఆత్మ అంటే అంతఃకరణము అని అర్థము. ధ్యానము అనేది ప్రధానంగా మానస వ్యాపారము కనుక, ఆత్మసంయమము అంటే మనో నియమము లేదా మనోనిగ్రహము అని అర్థము. యోగము అంటే ఉపాయము అని ముందే తెలుసుకొని ఉన్నాం. కనుక, దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులను నియమించడానికి ఉపకరించే సముచిత సాధన ధ్యాన సాధన కనుక, దీనికి ఆత్మసంయమ యోగము అనే పేరు వచ్చింది. ఈ అధ్యాయంలో అభ్యాసమే ప్రధాన విషయంగా ఉన్నందువ

(అభ్యాసేనతు కౌన్తేయ *- 6 - 35)* ఆచార్యుల వారు దీనికి అభ్యాసయోగము అనే పేరును గ్రహించి ఉండ వచ్చును.

మూడు, నాలుగు అధ్యాయాలైన కర్మయోగ జ్ఞానయోగాలలో చిత్తశుద్ధికి అవసరమైన బహిరంగ సాధనను, అనగా కర్మయోగమును సాంగోపాంగముగ తెలుసుకున్నాం. ఇప్పుడు అంతరంగ సాధన మైన ధ్యానయోగమును ఈ ఆరవ అధ్యాయంలో తెలుసుకుంటాం.

శ్రీ భగవానువాచ :

అనాశ్రితః కర్మఫలం కార్యం కర్మ కరోతి యః । 1
స సంన్యాసీ చ యోగీ చ న నిరగ్ని ర్న చాక్రియః ॥

అనాశ్రితః-కర్మఫలం-కార్యం-కర్మ-కరోతి-యః
సః-సంన్యాసీ-చ-యోగీ-చ-న-నిరగ్నిః-న-చ-అక్రియః

యః	=	ఎవడు	సః	=	అతడు
కార్యం	=	చేయవలసిన	సంన్యాసీ చ	=	సన్యాసియు
కర్మ	=	కర్మను	యోగీ చ	=	యోగియు
కర్మఫలం	=	కర్మఫలమును	నిరగ్నిః	=	అగ్నిహోత్రాదులు వదిలిన వాడు
అనాశ్రితః	=	ఆశించని వాడై	అక్రియః చ	=	కర్మలు చేయని వాడు
కరోతి	=	చేస్తాడో	న	=	కాదు

శ్రీ భగవానుడు చెబుతున్నాడు :

కర్మ ఫలాపేక్ష లేకుండా కర్మలను చేసేవాడు సన్యాసి. అతడే యోగి కూడా. అగ్ని హోత్రాదులు వదిలి నంత మాత్రాన సన్యాసి కాడు. కర్మలను విడిచి నంత మాత్రాన యోగీ కాడు.

వ్యాఖ్య

ఇది ధ్యాన ప్రధానమైన అధ్యాయము. ధ్యాన ఫలమును అనుగ్రహించే అధ్యాయము. ధ్యానం అనేది భగవంతుని అనుగ్రహం చేత ఫలిస్తుంది. కనుక, పరమేశ్వరుని ముందు ఉంచుకొని ధ్యానం ప్రారంభించాలి. ఈ సత్యాన్ని ఆవిష్కరిస్తున్నాడా అన్నట్లు భగవంతుడే ముందు కొచ్చి తనంతట తాను ఈ అధ్యాయాన్ని ప్రారంభిస్తున్నాడు. ధ్యానం దైవంతో ప్రారంభం కావాలి. అంతేగాని సందేహంతో కాదు. కనుక, అర్జునుని ప్రశ్న కొరకు నిరీక్షించకుండా భగవంతుడే స్వయంగా విషయాన్ని ప్రారంభించాడు.

ఐదవ అధ్యాయం ప్రారంభంలో కర్మ సన్యాసము శ్రేష్ఠ మైనదా, కర్మయోగము శ్రేష్ఠ మైనదా? అని అర్జునుడు ప్రశ్నించాడు. అర్జునుని ప్రశ్నకు సమాధానంగా కర్మ సన్యాసము కంటే కర్మయోగమే శ్రేయస్కర మని ప్రారంభములో తెలియజేసిన వాసుదేవుడు రెండిటి యొక్క ప్రాశస్త్యాన్ని ప్రముఖంగా ప్రస్తావించి వివరించడం జరిగింది.

కర్మయోగము, కర్మ సన్యాసము రెండిటిని క్షుణ్ణంగా, నిస్సందేహంగా ప్రవచించిన తరువాత, ఐదవ అధ్యాయాన్ని సమాప్తం చేస్తూ సన్యాస, యోగాలకు రెండిటికి ఉపయుక్త మైన ధ్యానమును గూర్చి మూడు శ్లోకాలలో సూత్రభూతంగా ప్రస్తావించడం జరిగింది. ప్రస్తావించిన విషయాన్ని విస్తారం చేయడానికి ప్రముఖంగా ఈ ఆరవ అధ్యాయాన్ని ప్రారంభించాడు. ఇక్కడ కూడా మొదటి రెండు శ్లోకాలలో కర్మయోగానికే ప్రాధాన్యత నిస్తూ, నిష్కామ కర్మయోగమును ప్రస్తుతిస్తూ ఉన్నాడు.

ఎవడు నిజమైన సన్యాసి, ఎవడు నిజమైన యోగి? ఈ విషయాన్ని నిర్వచిస్తూ అధ్యాయాన్ని ప్రారంభిస్తున్నాడు.

సాధారణంగా కాషాయ వస్త్రాన్ని ధరించి, ముండనం చేయించుకొని ఎవడైనా కనిపిస్తే, వెంటనే అతడు సన్యాసి అని మనం భావిస్తాము. అలాగే యోగి అంటే, జడలు ధరించి, గిరి గుహలలో సంచరిస్తూ, కొన్ని అతీంద్రియ శక్తులు కలవాడు అని మన కొక అభిప్రాయం ఉంటుంది.

సన్యాసిని గాని, యోగిని గాని నిర్ధారణ చేయడానికి ఈ విధమైన వేషాలు, చిహ్నాలు సరిపోవు. సన్యాసి కాషాయ వస్త్రాన్ని ధరించి ఉండొచ్చు. కాని, కాషాయ వస్త్రాన్ని ధరించిన వాళ్ళందరూ సన్యాసులే నని భావిస్తే మొదటికే మోసం వస్తుంది. ఇది ఎంత ప్రమాదకరమో, శ్రీమద్రామాయణంలో పంచవటిలో రావణుడు సీతమ్మను అపహరించి నపుడు మనం చూశాం. అలాగే యోగి విషయం కూడా. కనుక సన్యాసి ఎవడో, యోగి ఎవడో పరమేశ్వరుని మాట ల్లోనే విందాం.

ఎవడైతే ***(యః)*** కర్మ యొక్క ఫలాన్ని ఆశించని వాడై ***(అనాశ్రితః కర్మఫలం)***, చేయవలసిన కర్మను ***(కార్యం కర్మ)*** చేస్తాడో ***(కరోతి)*** అతడే సన్యాసి ***(స సంన్యాసీ)***. అతడే యోగి కూడా ***(యోగీ చ)***. అగ్ని కార్యాలను త్యజించిన వాడే సన్యాసి కాడు ***(న నిరగ్నిః)***. కర్మలు లేనివాడే యోగి కాడు ***(న చ అక్రియః)***. ఇది సన్యాస, యోగాలకు పరమేశ్వరుడు చేసిన నిర్వచనం.

అనాశ్రితుడు

అనాశ్రితుడు అనే వ్యక్తిని ప్రవేశ పెడుతూ భగవంతుడు శ్లోకాన్ని ప్రారంభించాడు. ఎవరీ అనాశ్రితుడు? అనాశ్రితుడు అంటే ఆశ్రయించని వాడు ***(న ఆశ్రితః)*** అని అర్థము. ఆశ్రయించని వాడు అంటే, దేనిని ***(కిమ్?)*** ఆశ్రయించని వాడు? అనే ప్రశ్న పుడుతుంది. ఆ ప్రశ్నకు సమాధానమే శ్లోకం లోని రెండవ పదం, **కర్మఫలం**. ***(కర్మణః ఫలం కర్మఫలం యత్ తత్ అనాశ్రితః)*** - కర్మల యొక్క ఫలాలు ఏవయితే ఉన్నవో వాటిని ఆశ్రయించని వాడు. అంటే కర్మ ఫలాపేక్ష లేనివాడు. కర్మ ఫలాసక్తి లేనివాడు. ఫలాభిసంధి లేనివాడు అనాశ్రితుడు. కర్మఫలం పై దృష్టి లేని ఈ అనాశ్రితుడే సన్యాసి. మరి యోగి? యోగి కూడా అతడే అంటున్నాడు భగవంతుడు.

కర్మ ఫలాసక్తి ఉన్నవాడు ఫలాలను ఆశ్రయించుకొని ఉంటాడు కనుక, ఫలసిద్ధికి కర్మలను ఆచరిస్తాడు. ఇక్కడ అనాశ్రితుడు అంటే కర్మఫలాసక్తి లేని వాడు అని గ్రహించాము. అలాంటప్పుడు కర్మలను చేయ వలసిన అవసరం అతనికి ఏముంది? అలాగని అనాశ్రితుడు కర్మత్యాగము చేసిన వాడు అని అనుకోవచ్చా? అదే వాస్తవ మైతే, అనాశ్రితుడే యోగి, అనాశ్రితుడే సన్యాసి అని చెప్పడం చేత సన్యాస, యోగు లిరువురు కర్మత్యాగం చేసిన వారు అవుతారు. అది కుదరదు.

కర్మత్యాగ మనేది సాధ్యమయ్యే విషయం కాదని గడచిన అధ్యాయాల లోనే మనకు విస్పష్టంగా విశద పడింది. ప్రారబ్ధ కర్మ ఫలంగా దేహయాత్రను కొనసాగిస్తూ కర్మలను త్యజించడం ఎలా సాధ్య పడుతుంది? కర్మయోగికి దేహ ముంది. సన్యాసికీ దేహ ముంది. దేహయాత్రకు ఇరువురూ చేయ వలసిన కర్మలు ఉన్నాయి ***(కార్యం కర్మ, కర్తవ్యం కర్మ)***. ఇక్కడ ఒక్క విషయాన్ని మనం విస్మరించ కూడదు. ఈ సందర్భంలో మనం చర్చించే సన్యాసి కర్మసన్యాసియే గాని, జ్ఞానకర్మ సన్యాసి కాడు. నిత్య సన్యాసి కాడు. ఆ మాటకు వస్తే, విద్వత్ సన్యాసి, లేదా జ్ఞానకర్మ సన్యాసి కూడా కర్మల నుండి విడిపడి లేడు. కర్తృత్వం లేని వాడుగా ఉన్నాడు. అంతే. కర్మ చేస్తున్నా కర్తగా లేడు. అకర్తగా శోభిస్తున్నాడు. ఆ స్థాయికి చేరే ప్రయత్నంలో యోగి

కర్మయోగంలో ఉంటే, యతి లేక సన్యాసి కర్మసన్యాస నిష్ఠలో ఉన్నాడు. అంతేగాని, ఇరువురూ కర్మలు లేని వారుగా లేరు. కాకపోతే, ఇరువురూ కర్మ ఫలాసక్తి లేనివారై ఉన్నారు. త్యజించ వలసింది కర్మ ఫలాసక్తినే గాని, కర్మలను కాదు అనేది సన్యాస, యోగు లిరువురికీ క్షుణ్ణంగా తెలుసు.

మరి కొంత స్పష్టత తెచ్చుకుందాం. చేయదగిన కర్మ, చేయవలసిన కర్మ ***(కార్యం కర్మ)*** ఇరువురికీ ఉంది. ఇరువురికీ తాము సాధనలో సాగుతున్న ముముక్షువులమే గాని ముక్త పురుషులము కాము అనే జ్ఞాన ముంది. చేయదగిన కర్మలు ఇరువురికీ ఉన్నా, కర్మఫలాల యందు ఇరువురికీ ఆసక్తి లేదు. ఎందుకని? వారిరువురు ప్రయత్నించేది నిత్యమైన మోక్షము కొరకే గాని, అనిత్యమైన కర్మఫలం కొరకు కాదు. కనుక ఇరువురూ కర్మలను ఆచరిస్తారు. ఇరువురూ కర్మ ఫలాసక్తి లేకుండా ఉంటారు. ఇరువురూ అనాశ్రితులే. ఈ విషయంలో ఉభయులకూ సామ్య ముంది. కనుక అనాశ్రితుడే సన్యాసి, అనాశ్రితుడే యోగి కూడా అని చెప్పడం జరిగింది.

స్తుతి పరమే గాని నిషేధ పరము కాదు

కర్మ ఫలమును ఆశించకుండా, చేయవలసిన కర్మను ఆచరించే కర్మయోగ నిష్ఠుడు అయిన గృహస్థుడే యోగి, అతడే సన్యాసి కూడా అని పరమేశ్వరుడు చెప్పి నపుడు యోగిత్వము, సన్యాసిత్వము రెండూ గృహస్థునకే చెప్పడం జరిగింది. మరి, సాంఖ్యులకు జ్ఞానయోగమును, యోగులకు కర్మయోగమును భగవానుడే మూడవ అధ్యాయం - కర్మయోగాన్ని ఆరంభిస్తూ ప్రతిపాదించాడు కదా!

సన్యాసి సర్వ కర్మలను త్యజించిన వాడు అని అర్థం చేసుకున్నాం. సర్వ కర్మలు అంటే, అగ్ని సంబంధమైన యజ్ఞాది క్రియలు లేనివాడు ***(నిరగ్నిః)***, అలాగే అగ్ని సంబంధము లేని తపోదానాది క్రియలు కూడా లేనివాడు ***(అక్రియః)*** అని అర్థము. అలాంటప్పుడు ఫలాసక్తి లేకుండా కర్మలను ఆచరించే గృహస్థుడే సన్యాసి, యోగి కూడా అని చెప్పడం చేత, శ్రుతి, స్మృతి, పురాణ, ఇతిహాస, యోగ శాస్త్రాదులు నిర్ణయించిన సన్యాసిత్వాన్ని, యోగిత్వాన్ని భగవంతుడు నిషేధించినట్లైంది కదా! అంతేకాదు, ఒక వైపు ***అనాశ్రితః కర్మఫలం*** అంటూ కర్మఫల త్యాగాన్ని ప్రస్తుతిస్తూ, మరో వైపు ఫలసంగం లేకుండా విధ్యుక్త కర్మలను ఎవడు ఆచరిస్తాడో, వాడే సన్యాసి మరియు యోగి కూడా అని చెప్పి సన్యాసాశ్రమము అనేదే లేదు అని నిషేధిస్తూ ఉన్నందున, ఒకే వాక్యం చేత రెండు విషయాలను ప్రతిపాదించడం అనే దోషం ఆపాదించ బడుతూ ఉంది. దీనినే శాస్త్రంలో ***వాక్యభేద దోషం*** అంటారు. ఇది శాస్త్ర విరుద్ధం అవుతుంది. ఇదంతా పూర్వపక్షము.

ఇలాంటి పూర్వ పక్షానికి ఇక్కడ అవకాశమే లేదు. ధ్యానయోగము అంతరంగ సాధన. కనుక బహిరంగంగా సాగే కర్మల వలన లభించే ఫలము నందు అపేక్షను త్యజించుటను శ్లాఘించడమే ఈ శ్లోకం యొక్క తాత్పర్యం. కేవలం యజ్ఞాదులు, తపోదానాదులు మొదలైన కర్మలను త్యజించిన వాడే సన్యాసి కాడు. విహిత కర్మాచరణములో ఉంటూ, చిత్తశుద్ధి కొరకు కర్మ ఫలాసక్తిని త్యజించిన గృహస్థుడు కూడా సన్యాసియే, యోగియే అని చెప్పడమే ఇందులోని కేంద్ర విషయము. ఇక్కడ కర్మఫల త్యాగమును స్తుతించడమే గాని, సన్యాసాశ్రమాన్ని నిషేధించడము జరగడం లేదు. కనుక ఈ శ్లోకము స్తుతిపరంగా ఉందే గాని నిషేధ పరంగా లేదు.

కర్మఫలము నందు ఆసక్తి కలవాడు కర్మ ఫలాశ్రితుడు. కర్మఫలము నందు ఆసక్తి లేనివాడు కర్మఫలాన్ని ఆశ్రయించుకున్న వాడు కాడు కనుక అతడు కర్మఫలము నందు అనాశ్రితుడు. కర్మసన్యాసి కర్మలను త్యజించిన వాడు కావడం చేత, ఫల ప్రసక్తే లేనందున, కర్మఫలము నందు సన్యాసి అనాశ్రితుడు. ఇక, కర్మయోగి అయిన

గృహస్థుడు కర్మాచరణములో ఉన్ననూ, ఫలాసక్తిని విడిచి కర్మానుష్ఠానంలో ఉన్నందున అతడు కూడా కర్మఫలము నందు అనాశ్రితుడే. ఈ విషయంలో ఇరువురికీ సామ్య మున్నందున కర్మానుష్ఠానంలో ఉన్న నిష్కామ కర్మయోగిలో కూడా సన్యాస లక్షణమే గోచరిస్తూ ఉంది. అలాగే చిత్త విక్షేపానికి హేతువైన ఫలసంగం కూడా ఇరువురిలో లేనందున, గృహస్థుడైన కర్మయోగి కూడా సమాధానవంతుడు అగుచున్నాడు. చిత్త విక్షేపం లేని వాడైన సన్యాసి లక్షణంతో కనిపిస్తున్నాడు. ఈ రెండు విషయాలలో సామ్యం ఉన్నందున కర్మయోగి సన్యాసి గాను, యోగి గానూ శోభిస్తున్నాడు. ఇదే శ్లోక తాత్పర్యం. శ్లోక హృదయం. అంటే కర్మయోగియే సన్యాసి అని చెప్పడం భగవంతుని ఉద్దేశ్యం కాదు. కర్మయోగిలో కూడా సన్యాసి లక్షణమే ఉంది అని చెప్పడమే ఆయన అభిమతం. ఆంతర్యం.

మారిన సారథి

కర్మ ఫలాసక్తి ఉన్నంత వరకు మనస్సులో కోరికలు ఉన్నాయి అని అర్థం. కామనా వాసనలు పోలేదని అర్థము. అతనిలో భోగాసక్తి ఉంది. ఈ విధమైన భోగాసక్తి వెనుక ఇష్టాయిష్టాలు ఉన్నాయి. రాగద్వేషాలు ఉన్నాయి. మనస్సును ఇష్టాయిష్టాలు ప్రేరేపిస్తూ ఉన్నంత కాలము, రాగద్వేషాలు కర్మలకు సారథ్యం వహిస్తున్నంత కాలము మనిషిలో భోగాసక్తి పూర్ణంగా ఉంటుంది. ఈ విధమైన భోక్తృత్వ బుద్ధిని కర్మయోగం ద్వారా నిర్మూలించు కోవాలి. ఆ తరువాత కర్తృత్వ బుద్ధిని నిర్మూలించుకొనేందుకు, అకర్తగా శోభించేందుకు సాధనమైన సన్యాసమునకు అర్హత లభిస్తుంది.

కర్మఫలమును ఆశ్రయించకుండా ***(అనాశ్రితః కర్మఫలం)*** చేయదగిన కర్మను ఎవడు చేస్తున్నాడో ***(కార్యం కర్మ)*** అతడే సన్యాసి మరియు యోగి అని చెప్పడంలో కర్మయోగము పూర్ణత్వంతో శోభిస్తూ ఉంది.

పల్లవి : పూజా ఫలము నీకే ఉండనీ
పూజే ఫలముగ నాకు మిగలనీ

అనుపల్లవి : సలిలము నిండిన నా నయనాలలో
కదలక నీ రూపు నిలిచిపోనీ ॥ పూజా ॥

చరణములు:

నీ అడుగులకడ పువ్వును నేను
నీ కృపతో విరిసే నవ్వును నేను
ఎవరిని కోరని యెదను నేను
నీకు దూరమై బ్రతకలేను ॥ పూజా ॥

నేనని నాదని బిగిసిన మనసు
నారికేళమై పగిలిపోనీ
కలతల గుండెను కుదిపిన మాయలు
నీటిధారలై కారిపోనీ ॥ పూజా ॥

ఏ తరువులకు పూచిన ప్రేమలో
నీ చరణముల ఒదిగిన పూవులు
నాలో విరిసిన ప్రేమ సుమాలు
నీ పదములకడ చేరిపోనీ ॥ పూజా ॥

అని కర్మయోగి ఆంతరంగిక జీవన సౌందర్యాన్ని ఆవిష్కరించింది చైతన్య గీతిక.

చేయదగిన కర్మ అన్నప్పుడే రాగద్వేషాలు పోయి, ధర్మాధర్మాలు కర్మలకు సారథ్యం వహిస్తున్నాయి అని అర్థము. చేయదగిన కర్మను ఈశ్వరార్పితంగా చేయడం, అందిన ఫలితాన్ని ప్రసాదంగా స్వీకరించడమే జరుగుతుంది. కర్మారంభంలో ఇష్టాయిష్టాలు లేవు కనుక, ఫలప్రాప్తిలో ప్రియాప్రియాలు తెలియవు. కర్మలలో ఉన్నా చిత్త సమాధానానికి లోపం లేదు. చిత్త విక్షేపానికి చోటు లేదు. ఇదంతా సన్యాసి హృదయాన్ని ప్రతిబింబిస్తూ ఉంది. అదే కర్మయోగిలో సుస్పష్టంగా ప్రతిఫలిస్తూ ఉంది.

తగిలించుకొని చేసేది యోగం. తొలగించుకొని చూచేది సన్యాసం. పరస్పర విరుద్ధమైన ఈ రెండూ ఒకటే అనడం ఎంతవరకు సమంజసం? చెబుతున్నాడు.

యం సంన్యాస మితి ప్రాహు ర్యోగం తం విద్ధి పాణ్డవ ।
న హ్యసంన్యస్త సంకల్పో యోగీ భవతి కశ్చన ॥ 2

యం-సంన్యాసం-ఇతి-ప్రాహుః-యోగం-తం-విద్ధి-పాండవ
న-హి-అసంన్యస్త సంకల్పః-యోగీ-భవతి-కశ్చన

పాండవ	= అర్జునా!	విద్ధి	= తెలుసుకో!
యం	= దేనిని	అసంన్యస్త సంకల్పః	= సంకల్పములు విడువని వాడు
సంన్యాసం ఇతి	= సన్యాస మని	కశ్చన	= ఎవడును
ప్రాహుః	= చెబుతారో	యోగీ	= యోగి
తం	= దానిని	న భవతి హి	= కాలేదు
యోగం	= యోగమే అని		

అర్జునా! సన్యాసము అని చెబుతూ ఉంటారు చూడు, అదే యోగ మని తెలుసుకో. సంకల్పాలను వదలని వాడు ఎవ్వడూ యోగి కాలేదు.

వ్యాఖ్య

కర్మయోగము ప్రవృత్తి లక్షణములు కలది. కర్మసన్యాసము నివృత్తి లక్షణములు కలది. అలాంటప్పుడు పరస్పర విలక్షణంగా గోచరించే కర్మయోగ, కర్మ సన్యాసాలకు సామ్యము ఎలా కుదురుతుంది? అనే శంకను ప్రస్తుత శ్లోకంలో పరమేశ్వరుడు పరిహరిస్తున్నాడు. అర్జునా! దేనిని సన్యాస మని చెబుతున్నారో ***(యం సంన్యాసం ఇతి ప్రాహుః),*** దానిని కర్మయోగముగా తెలుసుకో ***(తం యోగం విద్ధి)!*** అన్నాడు భగవంతుడు. సంకల్పమును త్యాగము చేయకుండా ఎవ్వడూ యోగి కాలేదు కదా! అంటున్నాడు ***(అసంన్యస్తు సంకల్పః యోగీ న భవతి హి!).***

సంకల్ప త్యాగము చేయని వాడు యోగి కాలేడు అంటే, యోగి అనేవాడు సంకల్ప త్యాగము చేసిన వాడై ఉండాలి అని అర్థం. అప్పుడే అతడు యోగి అనగా కర్మయోగి అవుతాడు. కర్మయోగమే సన్యాస మని తెలుసుకో! అని చెప్పాడు. అంటే, కర్మయోగి సన్యాసియే అని అర్థం. సంకల్ప త్యాగము చేసిన వాడు యోగి అన్నప్పుడు, యోగియే సన్యాసి కనుక, సన్యాసి కూడా సంకల్ప త్యాగము చేసిన వాడై ఉండాలి. కర్మయోగి, కర్మ సన్యాసి, వీరిరువురిలో సంకల్ప త్యాగము అనేది సామాన్యం గాను, సామ్యం గాను గోచరిస్తూ ఉంది. దీనిని బట్టి చూస్తే, కర్మయోగ, కర్మసన్యాసాలలో నామ భేదమే గాని, విషయము, లక్షణము ఒక్కటేనా అనే అనుమానం వస్తుంది.

సంకల్ప త్యాగము

సంకల్పాలు అంటే ఆలోచనలు. ఆలోచనలు మనస్సులో పుడుతాయి. మనస్సు నుండి కదలి బాహ్యంలో

కర్మలుగా వ్యక్త మవుతాయి. సంకల్పాలను త్యాగం చేయడము అంటే, మనస్సులో సంకల్పాలు లేకుండా చేయడము అని అర్థము. ఇది సాధ్యమయ్యే పనేనా? నీళ్ళు లేకుండా జీవనది ఉంటుందా? సంకల్పాలు లేకుండా జీవి మనస్సు ఉంటుందా? జల ప్రవాహమే నది. సంకల్ప ప్రవాహమే మనస్సు. నదిలో నీళ్ళు లేవు అంటే, నది లేదు అని అర్థము. మనస్సులో సంకల్పాలు లేవు అంటే మనస్సు లేదు అని అర్థము. మనస్సే లేనపుడు కర్మయోగి ఆచరించే యోగ మేమిటి? కర్మసన్యాసి ఆచరించే సన్యాసం ఏపాటిది?

సంకల్ప త్యాగము అంటే, సర్వ సంకల్ప త్యాగము అని అర్థం కాదు. సాధారణ సంకల్పాలు, బంధ హేతువులు కానివి ఎన్ని ఉన్నా నష్టం లేదు. ఏ సంకల్పాలు బంధహేతువులో వాటిని త్యజించడమే సంకల్ప త్యాగము. కామ్య కర్మలకు సంబంధించిన సంకల్పాలను త్యజించడమే సంకల్ప త్యాగము.

కామ్య కర్మలు అంటే కోరికలతో కూడిన కర్మలు అని అర్థము. కామ్య కర్మలను బాహ్యంలో ఆచరించాలి అంటే, వాటికి సంబంధించిన కామ సంకల్పాలు మనస్సులో ముందుగా కదలాలి. సంకల్పాలు స్వప్నాలను తయారు చేసుకుంటాయి. పగటి కలలను కంటాయి. భవిష్యత్తును గూర్చి, భావిలో ప్రాప్తించబోయే సుఖానుభూతుల్ని గూర్చి ఊహల మేడలు నిర్మించు కుంటాయి. సంకల్ప క్రీడలో రమిస్తూ ఉంటాయి. ఈ విధంగా భావి స్వప్నాలలో, భావి ప్రాప్త ఫలానుభూతిలో మగ్నమైన చిత్తము విచలితమై ఉంటుంది.

ఫల సంకల్పస్య చిత్త విక్షేప హేతుత్వాత్ - ఫలానికి సంబంధించిన సంకల్పము చిత్త విక్షేపానికి కారణం అవుతుంది. చిత్త విక్షేపం కలవాడు కర్మయోగి అవుతాడా? ఊహల ఊయలలో ఊగుతూ ఊహాజనిత భావి హర్మ్యాలను నిర్మించుకుంటూ, ఫలాసక్తితో అనుక్షణం అలసి పోయే వ్యక్తి కర్మయోగి కాలేడు. మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండదు కనుక అతడు యోగి కాలేడు. యోగి కావాలి అంటే, కామ సంకల్పాలను త్యజించిన వాడై ఉండాలి. అలా సంకల్ప త్యాగము చేయలేని వాడు యోగి కాలేడు అని నిశ్చయంగా చెబుతున్నాడు భగవంతుడు.

విక్షేప హేతువైన కామ్యకర్మల్ని త్యజించిన కర్మయోగి చిత్తశుద్ధి నిమిత్తమే కర్మలను ఆచరిస్తాడు కనుక, కామ్య కర్మలను త్యజించుటకు వీలుగా, ముందే, మనస్సులో కామ సంకల్పాలను త్యజిస్తాడు. అలా కాకుండా, కామ సంకల్పాలను త్యజించకుండా కేవలం కామ్యకర్మల్ని మాత్రమే విడిచిపెట్టిన వాడు యోగి కాడు; సన్యాసి కూడా కాలేడు.

యోగము - సన్యాసము

కర్మాచరణము యోగము. కర్మత్యాగము సన్యాసము. ఇక్కడ సన్యాసము అంటే బ్రహ్మ రూపమైన జ్ఞానకర్మ సన్యాసము కాదు. సాధన రూపమైన వివిదిషా సన్యాసము అనబడే సర్వ కర్మ సన్యాసము.

కర్మయోగి యోగానుష్ఠానంలో ఉంటాడు. కర్మలను ఆచరిస్తాడు. ఆ కర్మల వెనుక ధర్మాధర్మాలే గాని రాగద్వేషాలు ఉండవు. అందుచేత నాకు ఇది కావాలి - అది కావాలి అనే కామనా సంకల్పాలు అతని మనస్సులో ఉండవు. చేయదగిన కర్మలనే చేస్తాడు ***(కార్యం కర్మ).*** ఫలాసక్తి లేకుండా ఉంటాడు. మనస్సులో కోరికలు లేనందున కామ త్యాగం జరిగింది. సంకల్ప త్యాగం జరిగింది. కనుక, కర్మయోగి ఆచరించే కర్మలు చిత్తశుద్ధికి కారణ మవుతాయే గాని, వాసనా సుడిని సృష్టించవు.

కర్మ సన్యాసి మోక్షమే ప్రధానంగా కలిగి యున్నందున, మోక్ష సాధనము లైన శ్రవణాదుల యందే నిమగ్నమై ఉంటాడు. కర్మఫలం అనిత్య మైనందున నిత్య మోక్షమును ప్రసాదించ లేదని గ్రహించి ఉంటాడు కనుక కర్మ ఫలాసక్తి లేనివాడై ఉంటాడు. కాకపోతే, కర్మయోగి రాగద్వేషాలను త్యజించి, కర్మ ఫలాసక్తి

లేనివాడై, కర్మాచరణము నందే ఉంటాడు. కాని సన్యాసి, కర్మయోగి వలె రాగద్వేషాలను త్యజించి, కర్మఫల సంగము లేకుండా ఉండటమే గాక, కర్మలను కూడా విడిచి పెడతాడు. ఇదే సన్యాస, యోగాల మధ్య ముఖ్యమైన అంతరము.

యోగి, సన్యాసి ఇరువురూ సంకల్ప త్యాగము చేసిన వారే అయినందున, ఉభయులకు సంకల్ప త్యాగము అనే విషయంలో సామ్యము ఉంది. ఒక విధంగా చెప్పాలంటే యోగి కూడా సన్యాసియే. కనుకనే, దేనిని సన్యాసము అని చెబుతారో దానినే యోగముగా తెలుసుకో అన్నాడు భగవంతుడు. అంటే యోగి కూడా సన్యాసియే అని భావము.

సంకల్ప త్యాగము, చిత్త సమాధానము అనే లక్షణాలు సన్యాసికి ఎలా ఉన్నవో, కర్మయోగికి కూడా అలాగే ఉన్నందున యోగి కూడా సన్యాసియే అని చెప్పడం జరిగింది. ఈ ప్రశంస గౌణవృత్తిని అనుసరించి జరిగింది మాత్రమే అని గ్రహించాలి. విషయ సౌలభ్యం దృష్ట్యా ఒక విషయాన్ని చెప్పుకుందాం.

పులి వేరు, మనిషి వేరు. పులి మనిషి కాదు, మనిషి పులి కాదు. కాని, భీకర ధైర్య పరాక్రమాది వ్యాఘ్ర లక్షణాలు కలిగిన మనిషి తటస్థ పడినపుడు, **వ్యాఘ్రో దధిముఖః** అంటాము. అంటే, దధిముఖుడు వ్యాఘ్రము అని చెబుతాము. అంతేగాని దధిముఖుడు మనిషి కాడు, పులి అని దాని అర్థం కాదు. ఇది కేవలం గుణ ప్రధానమైన సామ్యము. దీనినే శాస్త్రంలో 'గౌణవృత్తి' అంటారు.

అలాగే, కర్మయోగి సన్యాసి వలె ఫలాశ్రితుడు కాకపోవడమే గాక త్యాగలక్షణము కూడా కలిగి ఉన్నందున, గుణ సామ్యమును అన్వయించుకొని యోగి సన్యాసియే అని చెప్పడం జరిగింది గాని, సన్యాసాశ్రమాన్ని నిరసించడం జరగ లేదు.

ఉభయ ఫల సామ్యము

కర్మయోగ సన్యాసములకు సాధ్య విషయము ఒక్కటే కావడము చేత కూడా రెండిటికి పోలిక ఉంది. మోక్షమే ఫలముగా సన్యాసము ఉంది. కర్మయోగము అంతఃకరణ శుద్ధి ద్వారా జ్ఞానమునకు కారణమై సన్యాస మనే కార్యానికి ప్రధాన అంగముగా భాసిస్తూ ఉంది. సన్యాస, కర్మయోగములు రెండూ మోక్షమే ప్రయోజనముగా కలిగి ప్రవర్తిస్తూ ఉన్నందున రెండిటికీ సామ్య ముంది.

సన్యాసము అంగి అయితే కర్మయోగము అంగముగా తెలియుట చేత, మోక్షమే ఏకైక ప్రయోజనంగా రెండూ ఉన్నందున, అంగీ అంగ భావము చేత రెండిటికి ఏకత్వము ఉపపన్న మైంది. ఉభయ ఫల సామ్యము సిద్ధించింది. కాబట్టి, సాధన సాధ్య విషయముల రెండిటి లోను సన్యాస, కర్మయోగాలకు అభేదమే సిద్ధిస్తూ ఉంది కనుక, ఏ శ్రేష్ఠత్వమును సన్యాసములో దర్శిస్తున్నామో, ఆ శ్రేష్ఠత్వమే కర్మయోగము నందు కూడా గోచరిస్తూ ఉన్నందున సన్యాస, కర్మయోగాలలో భేదమును దర్శింప నవసరము లేదు.

కర్మల యందు అకర్మను దర్శించి, తాను అకర్త, అభోక్త అనే జ్ఞానంతో ఎలసిల్లుటకు సాధనమైన జ్ఞానకర్మ సన్యాసము చిత్తశుద్ధి లేకుండా ప్రాప్తించదు. మరి, కర్మయోగము సిద్ధించనిదే చిత్తశుద్ధి కలుగదు. కనుక మోక్షమునకు ప్రధాన మైన జ్ఞానకర్మ సన్యాసమునకు అవసరమైన చిత్తశుద్ధిని ప్రసాదించే కర్మయోగమును వేరు చేసి చూడటం కుదరదు. మోక్షసిద్ధికి జ్ఞానకర్మ సన్యాసము - కర్మయోగము రెండూ ఆవశ్యకములే కనుక ఆ రెండిటికి ఏకత్వమే సంభవిస్తూ ఉంది.

కర్మ త్యాగము - కర్మ సన్యాసము

సంకల్పాలను సన్యసించని వాడు యోగి కాలేడు ***(అసన్న్యస్త సంకల్పః యోగీ న భవతి!)***. అంటే, సంకల్ప

త్యాగము లేని వాడు సన్యాసి కూడా కాలేడు అనే కదా అర్థం! కర్మనిష్ఠు డైనా, జ్ఞాననిష్ఠు డైనా సంకల్ప త్యాగము చేయక తప్పదు. చేసి తీరాలి. సంకల్ప త్యాగము జరగనిదే సన్యాస, యోగములు రెండూ ఫలించవు.

కర్మయోగి ఫల సంకల్పమును త్యాగం చేయనిదే అతడు కర్మయోగి కాడు. జ్ఞాననిష్ఠుడు చిత్త విక్షేప రూప సంకల్పాన్ని త్యాగం చేయనిదే అతడు కర్మసన్యాసి కాలేడు. కనుక జ్ఞాన, కర్మలలో సంకల్ప త్యాగమే ప్రధానంగా తెలుస్తూ ఉంది. సన్యాసము విషయంలో కూడా ఒక్క సత్యాన్ని మనం జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి. కర్మలను విడిచి పెట్టడం సన్యాసమునకు అర్థం కాదు.

దోసపండు తీగను వీడినట్లు కర్మలు తమంతట తాము ఉపరమించడమే సన్యాసము గాని, కేవలము కర్మ పరిత్యాగము సన్యాసము కాదు. ఫల సంకల్ప త్యాగము ద్వారా కర్మయోగము చిత్తశుద్ధికి కారణమై, తద్వారా బుద్ధిలో జ్ఞానమును పుట్టించి, ఆ తరువాత కర్మము తనకు తానుగా ఉపరమించుటయే కర్మ సన్యాసము గాని కేవలము కర్మలను త్యజించుట కాదు. ఈ విషయాన్ని 'అధ్యాత్మ మీమాంస' చక్కగా విస్పష్టం చేసింది.

సమ్యక్ న్యాసః సమాప్తిః విమలతర ధియః కర్మణాం సంవిదాప్తౌ సన్న్యాసో యద్వదధ్వా స్వయ ముపరమతి గ్రామ వక్త్రం ప్రవేశ్య ।

చక్కగా శుద్ధి పడిన అంతఃకరణము గల వానికి ***(సమ్యక్ విమలతర ధియః)*** జ్ఞానము ప్రాప్తిస్తూ ఉండగా ***(సంవిత్ ఆప్తౌ)*** కర్మలు సమాప్తం కావడము ఏదయితే ఉందో ***(కర్మణాం యా సమాప్తిః)*** అదియే సన్యాసము ***(సన్న్యాసః)***. ఇదియే కర్మ సన్యాసము గాని కేవలము కర్మ త్యాగము కర్మ సన్యాసము కాదు.

ఈ విషయాన్ని సోదాహరణంగా వివరిస్తూ సులభతరం చేస్తున్నాడు రచయిత. ఎలాగైతే, గ్రామాన్ని చేర్చే మార్గము బాటసారిని గ్రామ ద్వారము వద్దకు చేర్చిన తరువాత, తానే స్వయంగా ముగిసిపోతూ ఉందో, ఆ విధంగా ***(యద్వత్ అధ్వా గ్రామ వక్త్రం ప్రవేశ్య స్వయం ఉపరమతి తద్వత్)***.

దారిన పడిన పథికుడు గ్రామంలో ప్రవేశించే సమయంలో, అంతవరకు సహకరించిన దారి అక్కడ తనకు తానుగా ఆగిపోతుంది. అంతేగాని, ఓ మార్గమా! నేను గ్రామం చేరాను. ఇక నువ్వు తిరిగి వెళ్ళిపో అని చెబుతూ ఎవడైనా మార్గాన్ని త్యజిస్తాడా? మార్గము తనంతట తాను ముగిసి పోవడమే గాని, దానిని త్యాగం చేయడము అనేది ఉండదు. అలాగే, కర్మ సన్యాస ప్రాప్తిలో కూడా అంతవరకు చిత్తశుద్ధి కొరకు సహకరించిన కర్మ తనంతట తాను ఆగిపోవడమే సన్యాసము గాని, కర్మత్యాగము మాత్రము కానే కాదు ***(తదేవ కర్మ సన్న్యాసః న తు కర్మత్యాగః)***.

ధ్యాన మందిర ప్రవేశము

ఇది ఆరవ అధ్యాయము. ధ్యానమే ప్రధానమైన అధ్యాయము. ధ్యానము అనేది ఒక ప్రక్రియ. సాధన. కర్మ. మానసకర్మ. ధ్యానమే కర్మ అయినపుడు, ధ్యానానికి ఉపకరించేది కర్మయోగమా, లేక కర్మ సన్యాసమా? ఏది సన్యాసమో అదే యోగ మని కదా ప్రస్తుత శ్లోకంలో అర్థం చేసుకున్నాం. సన్యాసికి, యోగికి సామ్యం కూడా చూశాము కదా!

యోగి చూచు భంగి నుర్వీశ సాంఖ్యుండు జూచు సాంఖ్యుదరయ చొప్పు యోగి !
వరుడు నరయు గాన వారిద్దరును నొక్క తెరువు వార లండ్రు పరమ మునులు !

అలాంటప్పుడు ధ్యాన యోగానికి కర్మ సన్యాసమును ఎందుకు ఎంచుకో కూడదు? కర్మ సన్యాసము అన్న తరువాత కర్మ సంబంధమైన ధ్యానము యొక్క అవసర మేముంది?

ధ్యానం మానస కర్మ కనుక, మనస్సు సిద్ధం కానిదే ధ్యానం బుద్ధిగా కుదరదు. కర్మయోగం బుద్ధిని శుద్ధి చేస్తుంది. ధ్యానానికి అర్హతను ప్రసాదిస్తుంది. ధ్యానము అంతరంగ సాధనము. అంతరంగ సాధనమైన ధ్యాన యోగానికి కర్మయోగము బహిరంగ సాధనము. ఉభయ సాధనలు కలిస్తేనే మోక్షమార్గం సుగమ మవుతుంది.

మనిషి బాహ్య ప్రపంచంలో శ్రమించి ధనాన్ని సంపాదిస్తాడు. వంటకు కావలసిన సరుకు లన్నీ ప్రపంచం లోనే కొనుగోలు చేస్తాడు. ఆ తరువాత, ఇంటికి చేరి, వంట చేసుకొని ఆరగించి తృప్తి చెందుతాడు.

ప్రపంచంలో పని చేసి ధనాన్ని సంపాదించక పోతే, వంట సరుకులు లభిస్తాయా? అలాగని వంట చేసుకోకుండా, సరుకులను సముపార్జించు కున్నంత మాత్రాన ఆకలి తీరుతుందా? బాహ్యంలో సంపాదించు కోవాలి. ఇంటిలో ఆరగించి తృప్తి చెందాలి. ఇంటిలో సంపాదన కుదరదు. వీధిలో వంటావార్పులు సాగవు.

బాహ్యంలో కర్మాచరణము ద్వారా, అనగా కర్మయోగము ద్వారా చిత్తశుద్ధిని సంపాదించుకోవాలి. ఆంతర్యంలో ధ్యానాన్ని ఆచరించి ప్రశాంతతను పొందాలి. కర్మలలో ధ్యానం కుదరదు. ధ్యానంలో కర్మలు మిగలవు. ఎవడైతే కర్మయోగంలో శుద్ధి పడతాడో, వాడే ధ్యానంలో సిద్ధిని పొందుతాడు. ఈ కారణం గానే ఆరవ అధ్యాయం ఆరంభం లోనే ధ్యానమందిరంలో ప్రవేశ పెట్టడానికి మొదటి రెండు శ్లోకాలలో కర్మయోగాన్ని ప్రశంసించాడు పరమేశ్వరుడు.

ధ్యాన యోగానికి, ప్రారంభములో కర్మయే అవసరమని తెలియ చేస్తున్నాడు.

ఆరురుక్షో ర్మునే ర్యోగం కర్మ కారణ ముచ్యతే ।
యోగారూఢస్య తస్యైవ శమః కారణ ముచ్యతే ॥ 3

ఆరురుక్షోః-మునేః-యోగం-కర్మ-కారణం-ఉచ్యతే
యోగారూఢస్య-తస్య-ఏవ-శమః-కారణం-ఉచ్యతే

యోగం = యోగమును
ఆరురుక్షోః = పొంద దలచిన
మునేః = మునికి
కర్మ = కర్మయే
కారణం = సాధన మని
ఉచ్యతే = చెప్పబడుతూ ఉంది
యోగారూఢస్య = యోగమును సాధించిన
తస్య = వానికి
శమః ఏవ = శమమే
కారణం = కారణ మని
ఉచ్యతే = చెప్పబడుతూ ఉంది

యోగాన్ని సాధించాలి అనుకొనే మునికి కర్మే సాధనము. యోగాన్ని చక్కగా సాధించిన వ్యక్తికి సంకల్ప త్యాగమే సాధనము.

వ్యాఖ్య

ఒక ఇంటి లోకి ప్రవేశించాలి అంటే గుమ్మం ద్వారానే లోనికి ప్రవేశిస్తాం. కర్మయోగము అనేది బహిరంగ సాధన. ధ్యానయోగము అనేది అంతరంగ సాధన. బాహ్యానికి సంబంధించిన కర్మయోగమే అంతరంగానికి సంబంధించిన ధ్యానానికి ద్వారం లాగా సాధనమై ఉంది ***(కర్మయోగస్య ధ్యాన యోగ సాధనత్వం).***

కర్మయోగ ధ్యానయోగాలు రెండూ సాధనలే. మోక్షము అనే సాధ్యమును పొందటానికి ఈ రెండూ సహకరిస్తున్నాయి. ముందుగా కర్మి కర్మయోగి కావాలి. కర్మయోగము నందు స్థిరపడిన సాధకుడు మోక్ష సాధనమైన జ్ఞానమును పొందే లోగా కర్మయోగము నందు సాధించిన చిత్తశుద్ధితో పాటు, ఏకాగ్రతకు

సంబంధించిన చిత్త నైశ్చల్యమును కూడా పొందడానికి అంతర్ముఖుడై ధ్యానయోగంలో ప్రవేశిస్తున్నాడు.

ధ్యానయోగంలో ప్రవేశించాలనే కోరిక గల వానిని 'ఆరురుక్షువు' అంటారు. అలాంటి వానికి కర్మ సాధనం. ధ్యానంలో స్థిరపడిన వానిని 'యోగారూఢుడు' అంటారు. అలాంటి వానికి శమము కారణము, అంటే సాధనము. ఇది ప్రస్తుత శ్లోకం లోని విషయం.

ఆరురుక్షువు

ఆరోఢుం ఇచ్ఛుః ఆరురుక్షుః - ఆరోహించడము అనే కోరిక కలవాడు ఆరురుక్షువు. ఆరోహించడము అంటే ఎక్కడము అని అర్థం. పర్వతారోహణము అంటే కొండను ఎక్కడము, అశ్వారోహణము అంటే గుఱ్ఱమును ఎక్కడము అని మనకు తెలుసు. ఎక్కడములో ఊర్ధ్వగతి ఉంటుందే గాని అధోగతి ఉండదు.

ఎక్కడము అనగానే అది కర్మ అని అర్థమైపోతూ ఉంది. దేనిని ఎక్కినా, దాని వెనుక గమ్యము, గమ్యమును చేరే గమన విధానము ఉంటాయి. చెట్టు నెక్కాలి అంటే ఒక పద్ధతి ఉంటుంది. కొబ్బరి చెట్టు అయితే మరీ విలక్షణంగా ఉంటుంది. సైకిల్‌ని ఎక్కడానికి కూడా ఒక పద్ధతి ఉంది కదూ! రెండు కాళ్ళతో సైకిల్‌ను త్రొక్కవచ్చు. కాని, ఎక్కడానికి మాత్రం ముందుగా ఒక్క పాదాన్నే వినియోగిస్తాం. అదే సైకిల్ ఎక్కే విధానము.

మరొక్క విషయం. ఎవడు దేనిని ఎక్కినా, అంతవరకు ఎక్కని వాడే ఎక్కు తున్నాడు. అంతేగాని, ఎక్కి కూర్చున్న వాడు మళ్ళీ ఎలా ఎక్కుతాడు? కనుక, ఎక్కకుండా ఉన్నవాడు, ఎక్కాలి అని ఇష్టపడే వాడు తనకు ఇష్టమైన దానిని ఎక్కుతాడు. ఇదీ ఆరోహణము అంటే. ఏ ఆరోహణము అయినా క్రింది నుండి పైకి పోవడమే ఉంటుంది. అది గజారోహణం కావచ్చు, లేదా ధ్వజారోహణము కావచ్చు. ప్రస్తుతం మనం చూచేది యోగారోహణము. ధ్యాన యోగారోహణము.

ధ్యాన యోగమును ఆరోహించడానికి ఇచ్ఛ గల వాడు ఆరురుక్షువు ***(ఆరురుక్షోః ఆరోఢుమ్ ఇచ్ఛతః).*** అంటే, ఇంతవరకు ఆరోహించని వానికి ***(అనారూఢస్య),*** అనగా సామర్థ్యము లేని వానికి కర్మ కారణము లేదా సాధనము అని చెప్పబడుతూ ఉంది ***(కర్మ కారణం సాధనం ఉచ్యతే).***

ఆరోహణము అనగానే రెండు విషయాలు మన మనస్సులో కదుల్తాయి. ఒకటి ఆరోహించే వాడు, రెండు ఆరోహింప బడేది. పర్వతారోహణము అన్నా మనుకోండి. అక్కడ పర్వతగామి ఆరోహించే వాడు, పర్వతము ఆరోహింప బడేది. మరి, ఇక్కడ ఆరురుక్షువునకు కర్మ సాధన మని చెప్పబడుతూ ఉంది కదా! ఆరురుక్షు వైన ఎవనికి? ***(కస్య ఆరురుక్షోః ?)*** అనేది మొదటి ప్రశ్న. అతడు ఎక్కదలచు కున్నది దేనిని? ***(కిమ్ ఆరురుక్షోః ?)*** అనేది రెండవ ప్రశ్న.

ఆరురుక్షువు ఎవడు? అనే మొదటి ప్రశ్నకు 'ముని' అని సమాధానము. ముని అంటే మననశీలుడు అనే అర్థం సర్వ విదితమే అయినా, ప్రస్తుతం ఇక్కడ కర్మఫలమును సన్యసించిన వాడు అని అర్థం ***(మునేః కర్మఫల సన్న్యాసినః ఇత్యర్థః).*** మొదటి శ్లోకంలో కర్మఫలమును ఆశ్రయించని వాడు, చేయదగిన కర్మను చేసే వాడు అని ఎవరిని గురించైతే తెలుసుకున్నామో అతడే ***(అనాశ్రితః కర్మఫలం యః కార్యం కర్మ కరోతి)*** ఇక్కడ మునిగా తెలుస్తున్నాడు. మనన శీలత్వముతో భవిష్యన్మునిగా ఇతడే శోభిస్తాడు. అందుచేత 'ముని' అని ఇక్కడ ప్రవేశ పెట్టడం జరిగింది.

ఆరురుక్షువు ముని అని తెలిసి పోయింది. ఇక ముని ఆరోహించేది దేనిని? అనేది రెండవ ప్రశ్న. దానికి సమాధానం యోగం. అంటే, ధ్యాన యోగము ఆరోహింప బడుతూ ఉంది అని అర్థం. కనుక ధ్యాన యోగమును

ఆరోహించే ఆరురుక్షు వైన మునికి కర్మ కారణ మని, సాధన మని చెప్పబడింది. ఇక్కడ కర్మ అంటే కర్మయోగము అని అర్థము.

సాధనమున పనులు సమకూరు ధరలోన - దేనిని సాధించాలన్నా సాధనము సరి యైనదిగా ఉండాలి. సాధనము సరిగా లేకపోతే సాధ్యము అసాధ్య మవుతుంది. మనకు ధ్యాన యోగానికి కర్మయోగము సాధనంగా చెప్పబడింది.

ధ్యానము అనే అంతరంగ సాధనలో ఏక వస్తు చింతనమే ప్రధానంగా ఉంటుంది. అన్య చింతలకు అవకాశం ఉండదు. అన్య విషయాలపై రాగం గాని ద్వేషం గాని ఉంటే మనస్సు ఆయా విషయాల మీదికి పోతుందే గాని ధ్యానంలో నిలవదు. మనస్సు సహజం గానే చలించే స్వభావం కలిగి ఉంటుంది. ఇక దానికి రాగద్వేషాలు కూడా తోడైతే అగ్నికి ఆజ్యం పోసినట్లే అవుతుంది.

అనేక విషయాలలో పరిభ్రమించే మనస్సుకు అనేకాగ్రత ఉంటుందే గాని ఏకాగ్రత ఉండదు. ఏకాగ్రత లేని మనస్సు ఏక వస్తు చింతనానికి పనికి రాదు. కనుక, ధ్యానంలో మనస్సు స్థిరంగా నిలవాలి అంటే చిత్తము శుద్ధిపడి ఉండాలి. చిత్తశుద్ధి కర్మయోగము వలన ప్రాప్తిస్తుంది. కర్మయోగము రాగద్వేషాలను తటస్థం చేస్తుంది. బుద్ధిని నిలకడగా ఉంచుతుంది. ఈ విధమైన చిత్తశుద్ధికి కర్మయోగమే కారణము ***(చిత్తస్య శుద్ధయే కర్మ)***.

చిత్తశుద్ధి లేకుండా ధ్యాన సాధన ఆరంభించే వారు ధ్యానంలో కృతార్థులు కాలేరు. ఎంత కాలమైనా సరే, నాకు ధ్యానంలో మనస్సు నిలబడటం లేదు అని ఫిర్యాదులు వినిపిస్తూనే ఉంటారు.

ధ్యానం అనే మాట వినిపించ గానే, నాకు మనస్సు నిలవడం లేదు అని పలకడం మీరు ఎక్కడైనా వింటూనే ఉంటారు. ఏ ఆశ్రమానికి పోయినా, ఏ స్వాముల వారి దగ్గరకు పోయినా, ఆశ్రితులలో ఎవరో ఒకరు ఈ చంచల రాగాన్ని ఆలపిస్తూనే ఉంటారు. ఒకరి విషయ మెందుకు? మరో ముప్పై శ్లోకాలు ముందుకు పోతే, ఈ రాగాలాపనము అర్జునుని నోటి నుండే మీరు వింటారు.

మనస్సు నిలవడం లేదు అంటే, ఎక్కడికో పరుగెత్తి పోతోంది అని అర్థము. ఎక్కడ నిలవడం లేదు? ఎక్కడికి పరుగులు తీస్తోంది? అనే ప్రశ్నలకు ధ్యానంలో నిలవడం లేదు. ప్రపంచం లోకి పరుగులు తీస్తూ ఉంది అనేది సమాధానం. ఎక్కడ ఆసక్తి ఉంటుందో అక్కడే అవధానం ఉంటుంది.

ధ్యానంలో ప్రతిబంధకా లనేవి రాగద్వేషాలే. వాటిని లేకుండా చేసుకుంటేనే ధ్యానం సాగుతుంది. ఆ పనిని కర్మయోగం చేస్తుంది కనుక, యోగానికి కర్మ కారణం అని చెప్పడం జరిగింది. ఇక్కడ యోగం అంటే ధ్యానయోగము. కర్మ అంటే కర్మయోగము. ధ్యాన యోగాన్ని సాధించాలి అనే మునికి కర్మయోగమే సాధనము.

యోగారూఢుడు

యోగమును అధిరోహించిన వాడు యోగారూఢుడు. ఆరూఢుడు అంటే, బాగుగా ఎక్కిన వాడు లేదా చక్కగా అధిష్ఠించిన వాడు అని అర్థము. అట్టి యోగారూఢునికి ***(యోగారూఢస్య)*** శమము కారణంగా చెప్పబడింది ***(శమః కారణ ముచ్యతే)***. శమము అంటే, సామాన్యంగా చెప్పుకొనే మనోనిగ్రహము అనే అర్థం కాదు. ఇక్కడ శమము అంటే ఉపశమము లేదా, సమస్త కర్మల నుండి నివర్తించడము అని అర్థము ***(శమః సర్వ కర్మభ్యః నివృత్తిః)***. యోగమును ఆరోహించాలనే కోరిక గల వాడు ఆరురుక్షువు. అతనికి కర్మ సాధనము. యోగమును అధిష్ఠించిన యోగారూఢునికి శమము కారణము లేదా సాధనము.

కర్మయోగము వలన చిత్తశుద్ధి ఏర్పడుతుంది. చిత్తశుద్ధి గల వానిని రాగద్వేషాలు బాధించవు. ప్రసన్న చిత్తుడైన అట్టి కర్మయోగిలో సహజం గానే విషయాల పట్ల అనురాగము క్షీణించి వైరాగ్యము పెరుగుతూ

ఉంటుంది. ఆ దశలో కర్మానుష్ఠానము తగ్గి, కర్మ నివృత్తి రూపమైన ఉపశమము యోగారూఢత్వానికి సాధన మవుతుంది. ఎంతెంతగా కర్మల నుండి విరమించడం జరుగుతూ ఉంటుందో, అంతంతగా ఆయాస రహితుడు, జితేంద్రియుడు అయిన సాధకుని చిత్తం ఏకాగ్ర మవుతూ ఉంటుంది. అలా జరిగిన వెంటనే అతడు యోగారూఢుడు అవుతాడు ***(తథాసతి సః ఝటితి యోగారూఢో భవతి!)***. ఈ దశలో బాహ్య కర్మ ప్రవృత్తి ఆగిపోతుంది. బాహ్య కర్మ నివృత్తియే శమము. యోగారూఢునికి శమమే సాధనము. బాహ్య కర్మ ప్రవృత్తి విరమించిన తరువాత ఉపశమించిన సాధకుని చిత్తము, ఆంతర్యంలో శ్రవణ మనన నిదిధ్యాసాది అంతరంగ సాధనల యందు మగ్నమై ఉంటుంది. ఈ దశలో చిత్త శాంతియే అవసరం కనుక శమము సాధనంగా ఉంది.

చిత్తశుద్ధి ఏర్పడి, యోగారూఢ స్థితి ప్రాప్తించే వరకు కర్మయోగము సాధనంగా ఉంటుంది. ఆ తరువాత చిత్తశుద్ధి కారణంగా యోగారూఢ స్థితి ఏర్పడి నపుడు, బాహ్య కర్మ నివృత్తి జరుగుతూ ఉన్నందున శమము సాధనంగా ఉంది. కర్మ ప్రవృత్తికి ఇక అవకాశం లేనందున కర్మ తనంతట తానే ఆగి పోతుంది. చిత్తశుద్ధిని ప్రసాదించడమే కర్మయోగము యొక్క ఏకైక ప్రయోజనము. తన ప్రయోజనం అంతవరకే గనుక, ప్రయోజనం సిద్ధించ గానే కర్మ ఉపరమిస్తూ ఉంది. ఉపశమిస్తూ ఉంది.

రమ్భా తావత్ వివృద్ధిం భజతి ఫలభరం యావత్ ఉచ్చైః ప్రసూతే , ప్రోసం పశ్చాత్ తథైవ అమృతం అభిలషతః జ్ఞాన ముత్పాద్య కర్మ - అరటి చెట్టు గెల వేసే వరకు ఎత్తుగా పెరిగి, గెల వేసిన తరువాత తానే క్రమంగా ఎలా క్షీణించి పోతూ ఉందో, అలాగే మోక్షమును అభిలషించే వానికి కర్మ కూడా జ్ఞానోత్పత్తి వరకు ఉండి, ఆ తరువాత స్వయం గానే ఉపశమిస్తూ ఉంది. ఈ ఉపశమము యోగారూఢునికి సాధనం కాగా, అంతవరకు ఉన్న కర్మ ఆరురుక్షువునకు సాధనంగా ఉండింది. ఒక్క వాక్యంలో అందంగా చెప్పాలంటే, ఏదేది కావాలో తెలిసిన వాడు ఆరురుక్షువు; ఏవేవి అవసరం లేనివో తెలిసిన వాడు యోగారూఢుడు.

సముద్ర యానం చేసే వ్యక్తికి సముద్రంలో ఉన్నంత వరకే పయనము. తీరము చేరిన తరువాత గమనము పరిసమాప్త మవుతూ ఉంది. అలాగే ముముక్షువునకు జ్ఞానోత్పత్తి వరకే కర్మము ఉంటుంది. జ్ఞానోత్పత్త్యనంతరము శమమే, అనగా సర్వ కర్మ నివృత్తియే సాధనంగా తెలుస్తూ ఉంది.

ఇంతెందుకు? భోజనం ఎంత వరకు తింటామో చెప్పండి. ఆకలి తీరే వరకు ఆరగిస్తాం. ఆకలి తీరిన తరువాత ఏం చేస్తాం? మళ్ళీ ఆరగించడం ప్రారంభిస్తామా? ఆకలి తీరిపోయింది కనుక, ఆరగించ నవసరం లేదు కనుక, తినడం మానేసి తృప్తిగా కూర్చుంటాము. ఇదే కర్మ నివృత్తి, ఉపశమ స్థితి. ఈ క్షణం నుండి చూడ వలసింది ఉందే గాని, చేయ వలసింది లేదు. అందుచేతనే ***మహత్వదం జ్ఞాత్వా వృక్షమూలే వసేత్*** - బ్రహ్మ పదమును తెలుసుకొని చెట్టు నీడలో వసించ మని జ్ఞానిని గూర్చి చెప్పింది శాస్త్రం. ***మూలం తరోః కేవలం ఆశ్రయన్తః*** - జ్ఞాని తరుమూల నివాసిగా ఉంటాడు అని శ్రీ శంకరాచార్యస్వామి యతి పంచకంలో కీర్తించారు. ఇదంతా కర్మ సంబంధం కాదు. శమము యొక్క వైభవము.

అయితే, సాధకుడు యోగారూఢుడు ఎప్పుడు అవుతాడు? చెబుతున్నాడు.

యదా హి నేన్ద్రియార్థేషు న కర్మ స్వనుషజ్జతే ।
సర్వసంకల్ప సంన్యాసీ యోగారూఢ స్తదోచ్యతే ॥ 4

యదా-హి-న-ఇంద్రియార్థేషు-న-కర్మసు-అనుషజ్జతే
సర్వ సంకల్ప సంన్యాసీ-యోగారూఢః-తదా-ఉచ్యతే

యదా హి	= ఎప్పుడైతే	సర్వసంకల్ప సంన్యాసీ	= సర్వ సంకల్పములను విడిచిపెట్టిన వాడు
ఇంద్రియార్థేషు	= శబ్దాది విషయము లందు	తదా	= అప్పుడు
కర్మసు	= కర్మల యందు	యోగారూఢః	= యోగారూఢు డని
న అనుషజ్జతే	= ఆసక్తి నుంచడో	ఉచ్యతే	= చెప్పబడుచున్నాడు

యోగారూఢుడు అంటే, ఇంద్రియ విషయాలలో ఆసక్తి లేనివాడు. కర్మాపేక్ష లేనివాడు. సంకల్పా లన్నీ త్యజించిన వాడు.

వ్యాఖ్య

యోగమును ఆరోహించ డానికి కోరిక గలవాడు ఆరురుక్షువు. యోగమును ఆరోహించడమే గాక, యోగము వందు స్థిరపడిన వాడు, యోగము ప్రాప్తించిన వాడు యోగారూఢుడు ***(యోగారూఢః ప్రాప్తయోగః).*** కర్మ కారణమైన ఆరురుక్షువు వకు భిన్నంగా, శమమే సాధనమైన యోగారూఢుని విలక్షణమైన లక్షణాలను ఈ శ్లోకంలో చెబుతున్నాడు.

ఆరురుక్షువు ప్రయత్నం చేసేవాడు కనుక అనివార్యంగా ప్రతిబంధకాలను కలిగి ఉంటాడు. ప్రతిబంధకాలు దాటి నపుడే యోగము సిద్ధించడము, ఆరూఢ స్థితి ప్రాప్తించడము జరుగుతుంది. ఎంత వరకు ప్రతిబంధకాలు ఉంటాయో అంత వరకు ఆరూఢత్వము ప్రాప్తించ లేదని అర్థం. ఆ ప్రతిబంధకాలు ఏమిటి? యోగారూఢ స్థితిని గుర్తించే దెలా? దీనికి సమాధానంగా భగవంతుడు మూడు లక్షణాలను ముచ్చటగా ఈ శ్లోకంలో చర్చించాడు. ఎప్పుడు ఆ లక్షణాలు సాధకునిలో గోచరిస్తాయో, అప్పుడు అతడికి యోగారూఢత్వం ప్రాప్తించింది అని అర్థము. అతడు యోగారూఢుడు అయ్యా డని భావము. ఈ విషయాన్ని స్పష్టం చేస్తూ అందంగా రెండు పదాలను భగవంతుడు ప్రయోగించాడు. అవే శ్లోకం లోని ***యదా - తదా*** అనేవి. ***యదా*** అంటే 'ఎప్పుడు' అని అర్థం. ***తదా*** అంటే 'అప్పుడు' అని అర్థం. ఎప్పుడైతే అంటూ శ్లోకాన్ని ఆరంభించి, అప్పుడు అని శ్లోకాన్ని సమాప్తి చేశాడు. ఎప్పుడైతే సాధకునిలో ఈ మూడు లక్షణాలు గోచరిస్తాయో, అప్పుడు అతడు యోగారూఢుడు అని చెప్ప బడుతాడు. ఏమిటి ఆ మూడు లక్షణాలు? (1) విషయ సంగం లేకుండా ఉండటము. (2) కర్మసంగము లేకుండా ఉండటము. (3) సంకల్ప సంగము లేకుండా ఉండటము. యోగారూఢత్వ స్థితిని ప్రాప్తించకుండా అడ్డుపడే విషయసంగ, కర్మసంగ, సంకల్ప సంగాలనే అవలక్షణాల నుండి విడి పడి విలక్షణంగా శోభించే యోగారూఢుని సలక్షణ స్వరూప స్థితియే యోగారూఢత్వ స్థితి.

యోగంలో ప్రతిబంధకాల నుండి విడి పడిన యోగారూఢుని చిత్తము సమస్త మైన కలతల నుండి విడిపడి పోయింది. అశాంతి ఆ మనస్సు నుండి జారి పోయింది. ఏదో చెయ్యాలని లేదు. మరేదో పొందాలని లేదు. యోగం సిద్ధించక పోవడానికి ఏవి కారణాలో, అవే తొలగింప బడ్డాయి కనుక, ***కారణా భావే కార్యాభావః*** - కారణము ఎప్పుడైతే లేదో ***(యదా)*** తత్సంబంధమైన కార్యము కూడా అప్పుడు ***(తదా)*** ఉండే అవకాశము లేనందున, యోగారూఢత్వ స్థితి ప్రాప్తించడము జరిగింది. యోగారూఢుని ఆ మూడు లక్షణాలను చెప్పుకుందాం.

(1) విషయ సంగం లేనివాడు

ఇంద్రియ విషయాల యందు ఎప్పుడు ***(యదా)*** ఆసక్తి ఉండదో అప్పుడు ***(తదా)*** అతడు యోగారూఢుడు అవుతాడు. ఇది మొదటి లక్షణము ***(ఇంద్రియార్థేషు న అనుషజ్జతే).***

శ్రోత్రాది ఇంద్రియాలకు విషయాలైన శబ్దాది విషయాలను ఇంద్రియార్థాలు అంటారు ***(ఇంద్రియాణాం అర్థాః శబ్దాదయః).*** వాటి యందు అనుషంగం లేనివాడు ***(న అనుషజ్జతే).*** అనుషంగము అంటే ఆసక్తి. ఇక్కడ అనుషంగము లేకపోవడము అంటే విషయాల యందు కర్తవ్యతా బుద్ధి లేకపోవడము అని అర్థం. ఎందుకని కర్తవ్యతా బుద్ధి లేదు అంటే ప్రయోజనాపేక్ష లేదు కనుక. అది పొందాలి అనే ప్రయోజన దృష్టి లేదు. ఎందుకని లేదు? పొంది సాధించేది లేదు అని అర్థమై పోయింది కాబట్టి. ఇంద్రియ విషయాల లోని దోషం తెలిసి వచ్చింది కనుక. తాను ఆశించే మోక్షాన్ని ప్రసాదించే శక్తి లేని శబ్దాది విషయాలు మోక్ష మార్గంలో ప్రతిబంధకాలుగా ఉన్నాయి అని అవగతమైంది కనుక. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే, విషయాల యందు రాగద్వేషాలు లేకుండా పోవడం చేత, శబ్దాది విషయ సుఖాలలో విరక్తి ప్రాప్తించింది. యోగారూఢత్వ స్థితి ప్రాప్తించడానికి ఇది మొదటి కారణ మైంది. దివ్యమైన లక్షణంగా శోభిస్తూ ఉంది. రూప రసాదుల యందు ఎప్పుడైతే అనుభవాసక్తి క్షీణించి పోయిందో, ఆయా విషయాలను పొందటానికి ఆచరించ వలసిన కర్మల యందు కూడా అనుషంగం లేకుండా పోయింది.

(2) కర్మసంగం లేనివాడు

విషయాల యందు అనుషంగం క్షీణించ గానే కర్మల యందు అభినివేశం అంతరించి పోయింది. నాలుగు విధాలైన కర్మల్ని మనం ఆచరిస్తూ ఉంటాం. మొదటిది నిత్యకర్మ. ప్రతినిత్యము మనము చేయ వలసినవి, చేయదగినవి అయిన లౌకిక కర్మలు మరియు శాస్త్ర ప్రతిపాదిత వైదిక కర్మలు నిత్యకర్మలు. రెండవది నైమిత్తిక కర్మ. అనుదినము ఆచరించేవి కాకుండా ప్రత్యేక సందర్భాలలో ఆచరించే తర్పణ శ్రాద్ధాదులు నైమిత్తిక కర్మలు. మూడవది కామ్యకర్మ. కోరికలు తీర్చుకోవ డానికి ఇహ, పర లోక సంబంధంగా మనం ఆచరించే కర్మలు కామ్యకర్మలు. నాల్గవది ప్రతిషిద్ధ కర్మలు. అంటే నిషిద్ధ కర్మలు. చేయకూడని కర్మలు నిషిద్ధ కర్మలు లేదా ప్రతిషిద్ధ కర్మలు. ఈ నాలుగు విధాలైన కర్మల యందు తనకు ఎటువంటి ప్రయోజనము లేదు అని గ్రహించి ***(ప్రయోజన అభావ బుద్ధ్యా)*** ఆయా కర్మల యందు అనుషంగం, అంటే కర్తవ్యతా బుద్ధి - 'నేను ఇది చేయాలి - తద్వారా అది పొందాలి' అనే బుద్ధి లేక పోవడమే కర్మల యందు అనుషంగం లేకపోవడము. ఇది యోగారూఢుని యందు కనిపించే రెండవ యోగారూఢత్వ లక్షణము. ఇది కర్మలకు సంబంధించిన విషయం కనుక కాస్త జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి.

చేయ వలసిన కర్మ ఉందని గ్రహించి, అలా చేయ దగిన కర్మను ***(కార్యం కర్మ)*** కర్మఫలము నందు ఆసక్తి లేకుండా ఆచరించే వాడు కర్మయోగి ***(అనాశ్రితః కర్మఫలం, 6 -1).*** కాని, యోగారూఢుడు కర్మయోగి కాడు. ఆ స్థితిని దాటిన వాడు. కర్మ స్థాయికి అతీతంగా శమము స్థితికి చేరిన వాడు. ఇతడు కేవలం ఫలాసక్తిని త్యజించి, చేయదగిన కర్మను చేసే కర్మయోగి కాడు. అసలు కర్తవ్యమే ***(కార్యం కర్మ)*** లేనివాడు. అకర్తగా శోభించే వాడు. తాను ఆత్మయే అనే ఎరుక కలిగిన వాడు. అవయవ రహితమైన ఆత్మలో కర్మకు అవకాశమే లేదని గ్రహించిన వాడు. తన ద్వారా కర్మలు జరుగుతున్నా వాటిలో అకర్మను దర్శించే వాడు. అలాంటి వానికి కర్మల యందు అనుషంగం ఉంటుందా? ***(కర్మసు అనుషజ్జతే, కర్తవ్యతా బుద్ధిం న కరోతి).***

ఎవడైనా శరీరాన్ని గోకుతున్నాడు అంటే, ఒంటిపై దురద ఉంది అని అర్థము. జిల లేని వాణ్ణి గోక్కోమంటే ఎందుకు గోక్కుంటాడు? కోరికలు లేని వాణ్ణి కర్మలు చేయమంటే ఎందుకు చేస్తాడు? కర్మలు చేయాలి అంటే కర్మాసక్తి ఉండాలి. కర్మాసక్తి ఉండాలి అంటే ఫలాపేక్ష ఉండాలి. ఫలాపేక్ష ఉండాలి అంటే వ్యక్తిలో అసంపూర్ణత ఉండాలి. ఇదీ విషయం.

యోగారూఢునిలో అద్భుతమైన రెండవ లక్షణం కర్మల యందు అభినివేశం లేక పోవడము. దానికి కారణము ఫలాసక్తి లేక పోవడము. దానికి హేతువు అపరిపూర్ణత తెలియక పోవడము. అపరిపూర్ణత లేదు అంటే, తాను పరిపూర్ణంగా ఉన్నాడు అని భావము. ఈ విధమైన పూర్ణత్వము ఆత్మ లక్షణము. అంటే, తానే ఆత్మ అని చక్కగా ఎరిగిన వాడే యోగారూఢుడు. అతడే సర్వ కర్మ పరిత్యాగి. సర్వ సంకల్ప సన్యాసి.

(3) సర్వ సంకల్ప సన్యాసి

మనస్సులో ఏ విధమైన సంకల్పము కదలని వాడు, మనస్సు లోని సర్వ సంకల్పాలను విడిచి పెట్టిన వాడు, ఇహ పర సంబంధ మైన సంకల్పా లేవీ లేనివాడు సర్వ సంకల్ప సన్యాసి ***(సర్వాన్ సంకల్పాన్ ఇహ అముత్రార్థ కామ హేతూన్ సంన్యసితుం శీలం అస్య ఇతి సర్వ సంకల్ప సన్యాసీ).***

మరి, యోగారూఢునికి మనస్సు ఉండదా? అనే సందేహం కూడా ఈ సందర్భంలో కలగ వచ్చు. యోగారూఢునికి మనస్సు ఉంది. కాని, తాను మనస్సు అనే భావన అతనిలో లేదు. మనకు మనస్సు ఉంది. కాని మనమంతా మనస్సై ఉంటుంది. యోగారూఢునిలో మనస్సు అతనికి విలక్షణంగా ఉంటుంది.

మనస్సులో సంకల్ప స్థితులు నాలుగు రకాలుగా ఉంటాయి. మొదటిది సంకల్ప స్థితి. సామాన్యంగా ఆలోచించే స్థితి సంకల్ప స్థితి. రెండవది ధర్మబద్ధమైన, ప్రేమయుతమైన, నిస్వార్థమైన సంకల్పాలు సాగించే సత్సంకల్ప స్థితి. మూడవది అధర్మ యుతమైన, స్వార్థపూరిత మైన, హింసా ప్రవృత్తితో కూడిన దుస్సంకల్ప స్థితి. ఇక నాల్గవది ఏ సంకల్పాలూ లేకుండా, ఉన్నా లేనట్లే ఉండే నిస్సంకల్ప స్థితి. ఈ స్థితి ఐయిస్తే నిద్ర, స్ఫురిస్తే అమనస్కం. మొదటి మూడు మరియు నాల్గవ దాని లోని లయస్థితి మన అనుభవంలో ఉంటాయి. నాల్గవ దానిలో నిస్సంకల్పంగా, అమనస్కంగా ఉండే మనోస్థితి యోగారూఢుని చిత్త స్థితి.

సంకల్పాలు అంతఃకరణమునకు సంబంధించినవి. సంకల్పాలు అంటే కామనలు, కోరికలు. సంకల్పాలు లేని గాఢనిద్రలో కోరికలు ఉన్నాయా? లేవు. ఎందుకు లేవు? సంకల్పాలు లేవు కాబట్టి. నిద్రలో ఎందుకని సంకల్పాలు లేవు? సంకల్పించే మనస్సు లేదు కాబట్టి. నిద్రలో కోరికలు, వాటికి సంబంధించిన సంకల్పాలు, వాటిని కదిలించే మనస్సు - ఏవీ లేకపోయినా నువ్వు ఉన్నావు. ఎలా? ఆత్మగా ఉన్నావు. ఇది తెలియని వాడు అవివేకి. తెలిసిన వాడు యోగారూఢుడు. అంతఃకరణ ధర్మాలైన సంకల్పాలకు సాక్షి. సర్వసంకల్ప సన్యాసి.

ఇప్పుడు అర్థమైంది కదూ! ఆరురుక్షువు కర్మ చేసేవాడు. సంకల్పం చేసేవాడు. ఆరూఢుడు కర్మ చేయని వాడు. సంకల్పము లేని వాడు. కేవలం సాక్షిమాత్రుడు. సంకల్పమే లేనివాడు కనుక కోరిక వదలని వాడు. కోరిక లేనివాడు. కర్మ తెలియని వాడు. ఇలాంటి అద్భుత శక్తిని, అసమాన వ్యక్తిని కామంతో మాట్లాడించింది మహాభారతము.

కామ జానామి తే మూలం సంకల్పాత్ త్వం హి జాయసే ।
న త్వాం సంకల్ప యిష్యామి సమూలో వినశిష్యసి ॥

కామమా! నీ మూల మెక్కడో నాకు తెలుసు. నువ్వు సంకల్పం నుండే పుడుతావు. నేను సంకల్పమే చెయ్యను. కామమా! ఇక నాలో నువ్వెలా పుడుతావు? అని మహాభారతము - శాంతిపర్వము. ఇదే యోగారూఢ స్థితి, సర్వ సంకల్ప సన్యాసము.

ఇదీ యోగారూఢుని వైభవము. ఆత్మ వైభవము. ఆత్మ ఉన్నదే. అందరిలో ఉన్నదే. దీనిని ఒకరు ఇచ్చేది లేదు. మరొకరు పుచ్చుకొనేది లేదు. ఎవరు ఎవరిని ఉద్ధరింప నవసరం లేదు. ఎవరిని వారే ఉద్ధరించుకోవాలి. ఇదే భగవానుని అభిమతం. కాదు, ఆదేశం. చదవండి.

ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం నాత్మాన మవసాదయేత్ ।
ఆత్మైవ హ్యాత్మనో బంధు రాత్మైవ రిపు రాత్మనః ॥ 5

ఉద్ధరేత్-ఆత్మనా-ఆత్మానం-న-ఆత్మానం-అవసాదయేత్
ఆత్మా-ఏవ-హి-ఆత్మనః-బంధుః-ఆత్మా-ఏవ-రిపుః-ఆత్మనః

ఆత్మానం	= తనను	ఆత్మైవ	= తానే
ఆత్మనా	= తానే	ఆత్మనః	= తనకు
ఉద్ధరేత్	= ఉద్ధరించుకోవాలి	బంధుః హి	= బంధువు గదా
ఆత్మానం	= తనను	ఆత్మైవ	= తానే
న అవసాదయేత్	= అధోగతి కానివ్వ కూడదు	ఆత్మనః	= తనకు
ఆత్మనః	= తనకు	రిపుః	= శత్రువు

అర్జునా! మనిషి తనను తాను ఉద్ధరించు కోవాలి. తనను తాను పాడు చేసుకో కూడదు. ఎందుకో తెలుసా! తనకు తానే బంధువు. తనకు తానే శత్రువు.

వ్యాఖ్య

ప్రతి వ్యక్తిలో సాధారణంగా, సహజంగా రెండు వాంఛలు ఉంటాయి. ప్రతి మనిషిలో వ్యక్తం గానో అవ్యక్తం గానో అంతర్యాన్ని పెనవేసుకొని ఉన్న ఈ రెండు వాంఛలు మనిషి ఆచరించే కర్మల వెనుక దాగి కర్మలను ముందుకు నెట్టుతూ ఉంటాయి. కొన్ని సమయాలలో వెనుకకు కూడా లాగుతూ ఉంటాయి. అవి (1) ప్రగతి సాధనలు (2) పతన నివారణలు. తాను కర్మల ద్వారా పొందేది ఏదయినా అది తన ప్రగతికి సోపానంగా ఉండాలే కాని, పతన హేతువు కాకూడదు అనేది ప్రతి మనిషి అంతరంగం. ఈ ప్రేరణ తోనే విభిన్నమైన విషయాలను సాధించుకుంటూ మనిషి శ్రమిస్తూ ఉంటాడు.

మనిషి ఆశించే ప్రగతికి పరిధి లేదు. అవధి ఉండదు. అదొక అనంతమైన దాహం. అంతు తెలియని ఆకలి. ఇలా ఒక వైపు ఎన్నో, ఎన్నెన్నో ఆశిస్తూ, మరో వైపు ఎన్నిటినో, మరెన్నిటినో నిరాకరిస్తూ, చివరగా అనంత స్వరూపాన్ని ఆలింగనం చేసుకొనే మహాకార్యం వైపు మనిషి అడుగులు వేస్తాడు. తొడుగు లన్నిటినీ తొలగించుకొని, అన్నీ తానై, తానే అన్నిటిలో ప్రకాశిస్తూ పరిమళించాలని పరితపిస్తాడు.

తప్పు లేదు. కాకపోతే, తూర్పు వైపు పయనించా లనుకొని, పడమర వైపు నడక సాగిస్తాడు. ప్రగతిని సాధించాలి అనుకుంటూ పతనం వైపు అడుగులు వేస్తాడు. ఏది ప్రగతి, ఏది పతనం? అర్థం గాని అయోమయ స్థితియే ఈ అనర్థానికి హేతువు.

ఒకవైపు అనంతానందాన్ని ఆస్వాదించాలని అంతరంగం ప్రగతి వైపు చూస్తూ ఉంటుంది. మరో వైపు దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులను ఉత్తేజ పరచి తృప్తి పరచే తాత్కాలిక సుఖాలను బాహ్య విషయాలలో పొంది రమించాలని చిత్తము చిందు లేస్తూ ఉంటుంది. మనిషి అనంతానందం వైపు పయనిస్తే, తనను ఉద్ధరించు కుంటాడు. విషయ సుఖాల వైపు దృష్టిని మరలిస్తే వినాశాన్ని కొని తెచ్చుకుంటాడు. ఒకరి ప్రగతి మరొకరి ప్రగతి కాదు. ఒకరి పతనం మరొకరి పతనం కాదు. కనుక ఎవరిని వారే ఉద్ధరించు కోవాలి ***(ఉద్ధరేత్ ఆత్మనా ఆత్మానం).*** తనను తాను పతనం చేసుకో కూడదు ***(ఆత్మానం న అవసాదయేత్).*** ఇలా చూచి నపుడు ఈ ప్రపంచంలో మనకు బంధువు ఎవరు, శత్రువు ఎవరు? మన ఉద్ధరణకు ఉపకరించే వాడు బంధువు, మన పతనానికి గోతులు తీసేవాడు శత్రువు అనేది మనందరికి తెలుసు. మన ఉద్ధరణకు మనమే కారణ మని

తెలిసి పోయింది కనుక మనకు బంధువులు వేరుగా లేరు. శత్రువులు వేరుగా ఉండరు. మనిషి తనకు తానే బంధువు (**ఆత్మైవ బన్ధుః ఆత్మ ఏవ**). తనకు తానే శత్రువు (**ఆత్మ ఏవ ఆత్మనః రిపుః**).

పైకి లేవాలి

ఉన్నత స్థితిలో మహిమ లోపిస్తే, అధోగతిలో మాయలే ఛాయలై వెంబడిస్తాయి. ఉత్తమ మైన మానవ జన్మ ఉన్నతాశయ సిద్ధి కొరకే ఉంది. ప్రశస్త మైన మానవ జన్మ పవిత్రతను ఒడి గట్టుకోవాలి. జ్ఞానాన్ని మూట కట్టుకోవాలి. దిగజారి దిగులు చెంద కూడదు. పాపాచరణంలో పతనం కాకూడదు. ఈ వాస్తవాన్ని గుర్తించి, చాలని ఆయుష్షు లోనే చాలి నంత తేజస్సును సాధించే ప్రయత్నంలో మనిషి మనస్సు నిమగ్నం కావాలి. తనను తాను ఉద్ధరించుకొనే ప్రయత్నాన్ని నిరంతరం, క్షణక్షణం కొనసాగించాలి (**ఉద్ధరేదాత్మ నాత్మానం**).

ఉద్ధరేత్ అంటే ఉద్ధరించు కోవాలి అని అర్థం. **ఉత్** అంటే పైకి, **హరేత్** అంటే తీయాలి లేదా లేపాలి అని అర్థం. **ఉద్ధరేత్** - అంటే పైకి తీయాలి లేదా పైకి లేపాలి అని అర్థము. పైకి తీయడం అంటేనే, అలా తీయబడేది ఏదో అది క్రింద పడి ఉండాలి. పతనమైన దానినే ఎక్కడైనా, ఎప్పుడైనా పైకి తీయడం జరుగుతుంది.

మరి, ఇక్కడ పతనమైంది ఏమిటి, ఎవరు? పతనమైన వాడు మనిషే. పైకి రావలసిన వాడు కూడా మనిషే. ఎక్కడ పతన మయ్యాడు? సంసారము అనే సముద్రంలో పతన మయ్యాడు. పడి పోయాడు. మునిగి పోతున్నాడు (**సంసార సాగరే నిమగ్నం**).

అతడిని పైకి తీయాలి. పైకి లేపాలి. ఎవరున్నారు పైకి చేరడానికి? చేదే వారు, చేయూత నిచ్చే వారు ఎవ్వరూ లేరు. తనను తానే ఉద్ధరించు కోవాలి. తనను తన చేతనే గట్టున పడేసుకోవాలి (**ఉత్ హరేత్ ఆత్మనా ఆత్మానం**). అందుకు ఏమి చెయ్యాలి? యోగారూఢత్వ స్థితిని పొందే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. ఇదే ప్రస్తుత శ్లోకంలో ముఖ్య విషయం. అలా ప్రయత్నం చేస్తే, తనను తాను ఉద్ధరించు కుంటాడు. చేయక పోతే, తన పతనానికి తానే కారణ మవుతాడు.

ఈ విషయంలో ఎవరికైనా, ఎవరైనా దిక్సూచిలు కాగలరే గాని దిక్కు కాలేరు. తీరు చెప్ప గలరే గాని తేరు నడప లేరు. తెన్ను చూప గలరే గాని వన్నె దీర్చలేరు. గురువు లైనా, శాస్త్ర మైనా, చివరికి దైవ మైనా ముముక్షువులను నడిపించ గలరే గాని, నడవ వలసింది మాత్రం మనమే. దారి చూపడం వారి వంతు. దరి చేరడం మన తంతు.

చివరికి దైవమైనా అన్న నా మాట చాలా మందికి మింగుడు పడక పోవచ్చు. కాని, నా మటుకు నాకు ఇది వంటబట్టి, జీర్ణమైన సత్యం. భగవంతుడు, లేదా గురువు నమ్ముకున్న వారి కొంగులో మోక్షాన్ని మూట కట్టేస్తాడు అనుకొనే దద్దమ్మలకు నా మాట వింత గానే ఉండొచ్చు. కాని, శారదమ్మ కొంగు పట్టుకొని తిరిగే అనుంగు బిడ్డలకు నా మాట ల్లోని వాస్తవ మేపాటిదో తెలుసు. ఇంతెందుకు? ఒక్క మాట చెబుతాను! శ్రీకృష్ణుడు త్రిజగద్గురువు కదా! సాక్షాత్తు జగన్నాథుడే కదా! అర్జునుని కన్నా ప్రియమైన వారు తనకు లేరని తానే చాటింపు వేసుకున్నాడు కదా! మరి, అలాంటి అర్జునునికి ఎందుకని మోక్షాన్ని పొట్లం కట్టి చేతిలో పెట్టలేదు? మాడపట్టును మూత పెట్టిన కిరీటము వేడెక్కి పోతున్న ఎండవేళ, పని కట్టుకొని ఏడు వందల శ్లోకాలను ఏకధాటిన, ఏకంగా మురళిని ముట్టుకోకుండా అర్జునుని చెవిలో ఎందుకు ఊదినట్లు? ఇదొక్కటి అర్థమైన పుణ్యాత్ములకు నా మాటల్లోని మర్మం తెలిసి వస్తుంది.

మోక్షం అనేది జ్ఞాన రూపంలో ఉంది. జ్ఞానం ఇస్తే మోక్షం సిద్ధిస్తుంది. అంతేగాని ఈ విషయంలో చేయడానికి మాయలూ లేవు. చెప్పడానికి మంత్రాలూ లేవు.

ఆకలి ఉన్న వాడికి ఇతరులు ఆహారాన్ని వడ్డించ వచ్చు. ఒకరు వడ్డించినంత మాత్రాన ఆకలి తీరుతుందా? ఎవరు తింటే వారి ఆకలి మాత్రమే తీరుతుంది. గురువులు జ్ఞానాన్ని బోధిస్తారు. శిష్యులు అనుసరించి, ఆచరించి తమను తాము ఉద్ధరించు కుంటారు. ఇదీ సంప్రదాయము. అందుచేత సాక్షాత్తు భగవంతుడే అవతరించినా, శిష్యుడైన అర్జునుని తరింప చేయాలి అనుకు న్నప్పుడు నిలబడి బోధించాడు. బోధించే వాడు ఎవడైనా విషయం ఒక్కటే కనుక, నారాయణుడే గురువై బోధించినా, నరుడే గురువై ప్రవచించినా ఇరువురూ పవిత్రమైన జ్ఞాన ప్రసాదాన్నే వితరణ చేస్తూ ఉన్నందున, వారి మధ్య అభేదమును దర్శిస్తూ, ఇరువురిలో సద్గురువునే సందర్శిస్తూ, **గురురేవ పరంబ్రహ్మ** అని ఐదు పది చేస్తున్నాము.

వైద్యుడు రోగానికి మందు ఇస్తాడు. ఆ మందును సేవించి, ఆరోగ్యం పొంద వలసిన బాధ్యత రోగిదే గాని వైద్యునిది కాదు. వైద్యుడు మందు ఇస్తాడు. కాని, రోగి దానిని సేవించక పోతే రోగం నయం కాదు. ఒకవేళ, మందు సేవించినా, దానితో పాటు అపథ్యము చేస్తే రోగ నిర్మూలనం జరుగక పోవచ్చు. ఔషధ అనుపాన సేవనమే కాకుండా, అపథ్యమును చేయకుండా ఉండే విషయంలో రోగియే శ్రద్ధ వహించాలి. అప్పుడే రోగం నయ మవుతుంది. ఇలా ఎవరిని వారు ఉద్ధరించు కోవాలి.

క్రింద పడకూడదు

భౌతిక రోగాల విషయం ఎలాంటిదో, భవరోగం విషయం కూడా అలాంటిదే. గురువులు జ్ఞానాన్ని బోధిస్తారు. శ్రవణాదుల ద్వారా సంపాదించిన ఆత్మ జ్ఞానాన్ని అపరోక్షం చేసుకొని శిష్యుడు తనను తాను తరింప చేసుకోవాలి. అలా చేయని వాడు సత్యదూరుడై, మిథ్యాజ్ఞాన ప్రభావం చేత మళ్ళీ మళ్ళీ సంసార సాగరంలో పడిపోతూ ఉంటాడు. పతన మవుతూ ఉంటాడు. అలా తనను తాను పతనం చేసుకో కూడదు. జనన మరణ చక్రం లోకి జారి పోకూడదు (**న ఆత్మానం అవసాదయేత్**).

వాచం యచ్ఛ మనో యచ్ఛ యచ్ఛ ప్రాణేంద్రియాణి చ
ఆత్మాన మాత్మనా యచ్ఛ న భూయః కల్పసేఽ ధ్వనే ॥

వాక్కును నిగ్రహించాలి. మనస్సును నియమించాలి. ప్రాణేంద్రియాలను నిగ్రహించాలి. తనను తానే నియమించు కోవాలి. అలా చేయ గలిగితే మళ్ళీ సంసార సాగరంలో పతనం కావు అన్నది శాస్త్రం.

ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం అనే వాక్యంలో ఎనిమిది అక్షరాలు ఉన్నాయి. క్షరము కానిది అక్షరము. క్షయము కానిది అక్షయము. ఈ వాక్యాన్ని విస్మరించకుండా ఆచరించే వాళ్ళు తప్పక ప్రగతిని సాధిస్తారు. ఉద్ధరింప బడుతారు. ఈ అష్టాక్షరీ మహావాక్యం అష్టైశ్వర్యాలను ప్రసాదించే మంత్రరూప మని భావించాలి.

అనూహ్య కారణాల చేత కొందరు కొన్ని సమయాలలో పైకి పోలేని స్థితిలో అవరోధాల చేత అడ్డగింప బడి నప్పుడు, కనీసం క్రిందికి జారకుండా జాగ్రత్త పడాలి. అది కూడా అభివృద్ధిలో భాగమే. కనుక **ఆత్మానం న అవసాదయేత్** అనేది కూడా అష్టాక్షర సంయుతమే. ముందుకు పోలేని స్థితిలో వెనుకంజ వేయకుండా ఆగి వుండటము కూడా అభివృద్ధి క్రిందికే వస్తుంది. ఉన్న చోట దిగ జారకుండా ఉండటము కూడా ఉన్నతికి చిహ్నమే. ఇలాంటి సమయంలో మనిషి తనను తానే ఉద్ధరించు కోవాలి. అలా ఉద్ధరించుకొనే వానికి బంధువులు అవసరం లేదు. తనకు తానే బంధువు.

తనకు తానే బంధువు

ఉద్ధరింప బడటం అనే విషయంలో బంధువులు తమ పాత్రను నిర్వహించే అవకాశం లేనందున, తనకు తానే బంధువు (**ఆత్మనః బంధుః ఆత్మా ఏవ**). బంధువులు సంసారంలో రుచిని కలిగించి బంధానికి

కారణం అవుతారే గాని మోక్షానికి సహకరించ లేరు. ఉన్న నాడు ఉన్నతికి ఉపకరించరు. పోయేనాడు వెంటబడి సహకరించరు. ఏడవడానికి, ఏడిపించడానికి పనికొస్తా రేమో గాని, బ్రతుకులో వేడుకను ఆవిష్కరించుటకు పనికిరారు. అది ఎవరికి వారుగా చేసుకోవాలి. చూసుకోవాలి. అందుచేత ఎవరికి వారే బంధువు.

చుట్టముల మీద భ్రమ దీసి చూరబెట్టి సంతతము మిమ్ము నమ్ముట సార్థకంబు !

భగవాన్! నరసింహా! బంధు ప్రీతిని ప్రక్కన బెట్టి నీ మార్గములో చరించుటే శ్రేయస్కరము అని నరసింహ శతకము.

చుట్టాలను సంబంధులు అని కూడా అంటారు. అంటే, చక్కగా సంసార చక్రానికి పీటముడి వేసి బంధించే వాళ్ళు అని అర్థము. అన్నీ మాయా బంధాలే. మమతల బంధాలే. ఉండేవా రెవరో తెలియదు. ఊడే వారెవరో అర్థం కాదు. కాస్త వివేకంతో విచారిస్తే ఎవ్వరూ ఎవ్వరికీ బంధువు కారు ***(విచార్యమాణే న కస్యాపి కశ్చిత్ బంధుః).*** మనస్సు శుద్ధి పడితే, మనస్సే మనకు మిత్రుడు.

ఆఖ్యాయిక

ఒక అరణ్యంలో తపోదీక్షలో ఉన్న ఒక సాధువును చూచి, ఎలాగైనా అతని తపస్సుకు భంగం కలిగించాలని ఒక రాక్షసి సంకల్పించింది. కామరూప విద్య నేర్చిన ఆ రాక్షసి ఒక దివ్యమైన రూపాన్ని ధరించి సాధువు వద్దకు వచ్చింది.

'మహాత్మా! నేను సురలోకం నుండి వస్తున్నాను. మీ తపోదీక్షకు సంతసించిన దేవతలు, మీ అవసరాలు తీర్చమని నన్ను మీ వద్దకు పంపించారు. నేను మీ ఆశ్రమం లోనే ఉంటాను. మీకు అవసర మైనవి ఆజ్ఞాపిస్తూ ఉండండి. వాటిని క్షణాల్లో సమకూర్చుతూ ఉంటాను' అంది ఆ కామరూపిణి.

'మీరు చెప్పింది నాకు అర్థమైంది. మీరే ఒకసారి ఆలోచించుకోండి. దేవతలు మిమ్మల్ని పంపింది మరొక చోటికి అయి ఉంటుంది. జ్ఞాపకం తెచ్చుకోండి. దేవదూతలు వచ్చి సహకరించ వలసి నంతగా నేను ఏ సాధనలు చెయ్యలేదు. మీ సేవలకు నేను అర్హుణ్ణి కాను. పైగా ఆ అవసరాలు కూడా నాకు లేవు' అన్నాడు సాధువు. ఆ మాటతో రాక్షసి అదృశ్యమైంది. ఆ తరువాత ఇంకెప్పుడూ ఆ ఆశ్రమ ఛాయలకు కూడా రాలేదు. ఋజు మార్గంలో చరించే మనస్సుకు ఎప్పుడూ బూజు పట్టదు. తనపై తనకు నియంత్రణ ఉండే వ్యక్తిని ఎవ్వరూ పాడు చేయలేరు. అలాంటి వ్యక్తికి మరొక బంధువు అవసరం లేదు. తనకు తానే బంధువు. శుద్ధ మనస్సే ఆత్మబంధువు.

మనస్సు అశుద్ధ మైతే మనస్సుకు మించిన శత్రువు మరొకడు ఉండడు. అశుద్ధ మనస్సు చేసే కీడును ప్రబల శత్రువు కూడా చేయలేడు.

తనకు తానే శత్రువు

తనను ఉద్ధరించుకొనే విషయంలో ఇతరుల పాత్ర ఎలాగైతే లేదో, అలాగే తనను నాశనం చేసుకొనే విషయంలో కూడా ఇతరుల పాత్ర ఉండదు. కాకపోతే, ఇది వినాశానికి సంబంధించిన విషయం కనుక, ఈ విషయంలో తనను తాను నశింప చేసుకో కూడదు. అలాగే, తాను ఇస్తేనే ఇతరులకు అవకాశం కలుగుతుంది కనుక, తన వినాశానికి మరొకరికి అవకాశం ఇవ్వకూడదు. ఏ విధంగా చూచినా వినాశం అంటూ జరిగితే, ఎవరి వినాశానికి వారే కారణమై ఉంటారు ***(ఆత్మనః రిపుః ఆత్మ ఏవ).***

తనకు తానే మిత్రుడు లేదా బంధువు అనేది అర్థ మవుతుంది. కాని, తనకు తానే శత్రువు అనేది

మాత్రం అర్థం కావడానికి కాస్త ఇబ్బంది గానే ఉంటుంది. ఎందుచేత నంటే, ఒకడికి మరొకడు శత్రువుగా ఉంటాడే గాని, తనకు తానే శత్రువు అనేది వాడుకలో అర్థం గాని విషయం. అనుభవంలో తేలని సత్యం.

కదాచిన్నాహ మప్రియః - నేను నాకు ఎప్పుడూ అప్రియంగా లేను అనేది వాడుక లోను, అనుభవం లోను ఉంది. అంతేగాని, నాకు నేనే శత్రువు అనేది లేదు. కాకపోతే, ఇక్కడ పరమేశ్వరుడు అలా చెప్పడం చాలా సమంజసంగా ఉంది.

శత్రువు ఎవడు? హాని చేసేవాడు శత్రువు. రోగంతో బాధపడే వ్యాధిగ్రస్తుడు అపథ్యం చేసి, ఆరోగ్యాన్ని పాడు చేసుకొని నశించి పోతే, అతని వినాశానికి కారణ మెవరు? అలాగే, తనను తాను ఉద్ధరించుకొనే ప్రయత్నము చేయకుండా, అనిత్యమైన విషయాల వెంటబడి అన్యాయమై పోతే, అతని వినాశానికి ఏ శత్రువు కారణము? తానే. ఏమో! ఇంత వినాశాన్ని బాహ్య శత్రువులు కూడా కలిగించ లేరేమో! అందుచేత, దారి తప్పిన అవిద్యాంసునికి తనకు మించిన శత్రువు తనకు మరొకడు ఉండడు.

తనకు తానే బంధువు. తనకు తానే శత్రువు అనేది ఎలాగో చూశాం. కాకపోతే, ఏ విధమైన తాను తనకు బంధువు? ఏ విధమైన తాను తనకు శత్రువు? ఈ విషయాన్ని కూడా చెబుతున్నాడు.

బన్ధు రాత్మాత్మన స్తస్య యేనాత్మై వాత్మనా జితః ।
అనాత్మనస్తు శత్రుత్వే వర్తే తాత్మైవ శత్రువత్ ॥ 6

బంధుః-ఆత్మా-ఆత్మనః-తస్య-యేన-ఆత్మా-ఏవ-ఆత్మనా-జితః
అనాత్మనః-తు-శత్రుత్వే-వర్తేత-ఆత్మా-ఏవ-శత్రువత్

యేన	= ఎవని చేత	బంధుః	= బంధువు
ఆత్మా	= ఆత్మ	అనాత్మనః తు	= ఆత్మజ్ఞానము లేని వానికి
ఆత్మనా ఏవ	= ఆత్మ చేతనే	ఆత్మ ఏవ	= ఆత్మయే
జితః	= జయింప బడిందో	శత్రువత్	= శత్రువు వలె
ఆత్మనః	= ఆత్మ యైన	శత్రుత్వే	= శత్రుభావము నందు
తస్య	= వానికి	వర్తేత	= ప్రవర్తిస్తుంది
ఆత్మా	= ఆత్మ		

దేహేంద్రియ మనస్సులను జయించిన వాడు తనకు తానే మిత్రుడు. అలా జయించ లేని వాడు తనకు తానే శత్రువు.

వ్యాఖ్య

అందరము ఒకే ప్రపంచంలో మనుగడను సాగిస్తున్నా, అందరికీ ఒకే విధంగా ప్రపంచం తెలిసి రావడం లేదు. మనస్సులో నడిచే ఆలోచనలు, విభిన్నమైన దృక్పథాలు, అనుభవాల దృక్కోణాలు - వీటిని బట్టే ప్రపంచం అవగాహనకు అందుతూ ఉంటుంది.

మన మనస్సు ముందుగా మనకు అర్థమైతే, ఆ తరువాత ప్రపంచం ఏమిటో అర్థ మవుతుంది. కళ్ళజోడు రంగును బట్టి దృశ్యముల రంగు తెలిసినట్లు, మనస్సు లోని అవగాహనను బట్టి ప్రపంచం అర్థ మవుతూ ఉంటుంది.

బాహ్య ప్రపంచంలో వస్తువులు ఉన్నాయి. వాటిలో మంచిచెడుల్ని మనస్సు చూస్తుంది. కనుకనే ఒక

మనస్సుకు మంచిగా తోచింది మరొక మనస్సుకు చెడుగా అనిపిస్తుంది. చూచే మనస్సు ఎలా ఉంటే, చూడబడేది అలాగే అర్థ మవుతుంది.

మిత్రులు, శత్రువులు అనే వారు బాహ్యంలో లేరు. ఏ మనిషైనా మనిషిగా పుట్టాడే గాని శత్రువుగా పుట్టలేదు. మిత్రుడు గానూ పుట్టలేదు. నేను మిత్రుణ్ణి అని ఎవ్వరూ ప్రకటించుకో లేదు. మిత్రత్వమే ప్రకటితం కానపుడు, శత్రుత్వం ప్రకటితం అవుతుందా?

మిత్రుల్ని మనం తయారు చేసుకుంటాం. అలాగే శత్రువుల్ని కూడా మనమే తయారు చేసుకుంటాం. అలా తయారు చేసుకొనే మనస్సు మన లోనే ఉంది. కనుక, నిజానికి మిత్రులైనా, శత్రువు లైనా మన లోనే ఉన్నారు. మనస్సులో మిత్రత్వ భావన ఉంటే, బాహ్యంలో అందరూ మిత్రులే. శత్రుత్వ భావన మనస్సులో ఉన్నప్పుడు బాహ్యంలో అందరూ శత్రువులే.

శత్రువు బాహ్యంలో ఉంటే, అనుక్షణం భయం గానే ఉంటుంది. ఏ కీడు తలపెడతాడో, ఏ చెడు చేస్తాడో అని అనుక్షణం మనిషి ఆందోళన పడుతూ ఉంటాడు. కాని, మనిషి ఆందోళన చెంద వలసింది బాహ్య శత్రువుమ గురించి కాదు, అంతశ్శత్రువును గురించి.

బాహ్య శత్రువు కీడు చేస్తాడో చేయడో తెలియదు. కాని, చేస్తాడు అని మనం నమ్ముతున్నాం. ఒక వేళ చేయాలి అని అనుకున్నా, పరిస్థితుల ప్రభావం చేతనో, అశక్తత కారణం గానో, అసమర్థత వల్లనో కీడు చేయలేక పోవచ్చు. కాని, అంతశ్శత్రువు అలా కాదు. చేయ దలచుకుంటే చేసి తీరుతాడు. ఎవ్వరూ ఆపలేరు.

ఒక వ్యక్తి మనల్ని కొట్టే ప్రయత్నంలో చెయ్యెత్తి పైకి వస్తూ ఉంటే, అతణ్ణి మనం వారించే ప్రయత్నం చేయగలం. అది మన వల్ల కాకపోతే, కనీసం దెబ్బ పడకుండా అయినా చేతిని అడ్డంగా పెట్టుకోగలం. అదే అంతశ్శత్రువు రెచ్చిపోతే, కనీసం అడ్డుకొనే ప్రయత్నం కూడా చెయ్యలేము.

కొట్టేవాడు లోపల ఉన్నంత వరకు, ఎప్పుడు కొడతాడో, ఎక్కడ కొడతాడో, ఎలా కొడతాడో అర్థమే కాదు. లోదెబ్బలు తెలిసి రావు. లోగుట్టు ఎవరికీ ఎరుక పడదు. కనుక, బాహ్య శత్రువుల కన్నా అంతశ్శత్రువే ప్రమాదభరిత మైన వాడు. పైగా అంతశ్శత్రువు లేకపోతే, బాహ్యంలో శత్రువులే లేరు.

శత్రుత్వాన్ని గూర్చి ఇంత వరకు ఎలా అర్థం చేసుకున్నామో, మిత్రత్వాన్ని కూడా అలాగే అర్థం చేసుకోవాలి. ఆంతర్యం లోని శత్రువు ఎంత చెడు చేయగలడో, ఆంతర్యం లోని మిత్రుడు అంత మేలు చేయగలడు. ఆంతర్యంలో శత్రువు స్థానంలో మిత్రుడు ఉండ గలిగితే, ఆ తరువాత బాహ్యంలో మనం అన్వేషించినా శత్రువులు అగుపించరు.

అంతరంగంలో గమక శత్రువు నిలిస్తే, మనల్ని బాహ్యానికి తరుముతూనే ఉంటాడు. విషయాసక్తిని కలిగించి బాహ్య విషయాల వైపు పరుగులు పెట్టిస్తూనే ఉంటాడు. విషయాసక్తియే బంధము. విషయ పరిత్యాగమే మోక్షము.

మన ఏవ మనుష్యాణాం కారణం బన్ధమోక్షయోః

బంధమోక్షాలు రెండిటికి మనస్సే కారణము అన్నది ఉపనిషత్తు. విషయాసక్తం కాని మనస్సు చేత తనను తాను ఉద్ధరించు కోవాలి. భోగాసక్తి కల మనస్సు చేత తనను తాను నశింప చేసుకో కూడదు. మనం అనుమతి ఇస్తేనే ఎవ్వరైనా మనల్ని కలత పెట్టగలరు. మనం నియమిస్తే, లేదా నిరాకరిస్తే బాహ్యంలో బాధ పెట్టే వారు ఉండరు. ఆంతర్యంలో ఆవేదనను కలిగించే వారూ ఉండరు.

ఆత్మయే బంధువు

ఆత్మను ఆత్మ చేతనే ఉద్ధరించు కోవాలి. ఆత్మను ఆత్మ చేత నశింప చేసుకో కూడదు, అని ఆత్మనే బంధువుగా, ఆత్మనే శత్రువుగా గడచిన శ్లోకంలో మనం చూచిన విధంగా భావించే వానికి ***(తస్య)***, ఏ ఆత్మ చేత ***(యేన ఆత్మనా)*** ఆత్మ జయింప బడిందో ***(ఆత్మా జితః)*** అట్టి వానికి ***(ఆత్మనః)*** ఆత్మయే బంధువు ***(ఆత్మా బంధుః)***. అంటే, ఏ ఆత్మ చేత ఆత్మ జయింప బడిందో అట్టి ఆత్మకు ఆ ఆత్మయే బంధువు. ఇది శ్లోకము లోని ప్రథమ పాదము యొక్క భావము. దీనిని మరీ సులభతరం చేస్తే, తన చేత తననే జయించిన వానికి తానే బంధువు అని అర్థము.

ఇక్కడ ఆత్మ అని చెప్పబడేది ఏదో అది మనస్సే. శ్రీ శంకరులు తమ భాష్యంలో ఆత్మ అంటే కార్యకరణ సంఘాతము అన్నారు. కార్య రూపంలో ఉన్న దేహము మరియు కరణములు - అంటే బాహ్య కరణాలుగా ఉన్న ఇంద్రియములు, అంతఃకరణముగా ఉన్న మనస్సు - కలిసి కార్యకరణ సంఘాతము అవుతుంది. ఈ విధంగా దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులు అనే ఆత్మ, ఎవని చేత జయింప బడిందో ***(యేన వశీకృతః)***, అట్టి వానికి తన దేహేంద్రియాలు బంధువు లాగా ప్రవర్తిస్తాయి. అంటే, ఎవడైతే జితేంద్రియుడో, అట్టి వానికి దేహేంద్రియ సంఘాతం బంధురీతి నడుచు కుంటుంది. సదా అనుకూలంగా ఉంటుంది. సర్వత్ర అనుగుణంగా వర్తిస్తుంది. ప్రియంగా ఉంటుంది. సుఖ పెడుతూ ఉంటుంది. అట్టి మనస్సు బంధువు లాగా మనల్ని మనం ఉద్ధరించు కోవడానికి సహకరిస్తుంది.

వశపడిన అశ్వము మన ఆదేశాలకు అనుగుణంగా బండిని లాగుతుంది. అలాగే వశీకృతమైన ఇంద్రియాలు, సంస్కరింప బడిన మనస్సు మనం ఆదేశించినట్లు నియమింప బడుతాయి. ఇంద్రియ మనస్సులు నిగ్రహింప బడ్డాయి అంటే శమదమాదులు సిద్ధించాయి అని అర్థము. శమదమాదులు లేనివాడు అంతరంగ సాధన మైన ధ్యానమును కొనసాగించ లేడు. ఇక ఇప్పుడు ధ్యాన ప్రక్రియను అర్జునునికి బోధించడానికి భగవంతుడు ఉద్యుక్తు డౌతున్నాడు. కనుక, శమదమాదులను కలిగి ఇంద్రియ మనస్సులను వశ పరచుకొని, నిత్య జీవితంలో బంధువులు సహకరించు నట్లు, ధ్యాన జీవనంలో ఇంద్రియాదులు సహకరించేటట్లు సిద్ధపరచుకొమ్మని సూచించడమే ఈ శ్లోకాలలో బంధు ప్రసక్తి, శత్రు ప్రస్తావన ప్రముఖంగా చేయడం లోని అంతరార్థము. ముందు గానే మనం చెప్పుకున్నట్లు కర్మయోగంలో స్థిరపడిన వాడే ధ్యానంలో స్థిమిత పడి ఉండగలడు.

ప్రాణాయామం చేత ప్రాణ క్రియలను క్రమపరచి, వైరాగ్యము చేత ఇంద్రియ వ్యాపారాలను అరికట్టి, వివేకం చేత మనస్సును నియమించి, తీవ్ర మోక్షాపేక్ష గల ధ్యానయోగి అంతర్ముఖుడై అంతరంగ సాధనమైన ధ్యానమును కొనసాగించాలి. ఈ విషయా లన్నీ మున్ముందు నేర్చుకుందాం. కాకపోతే, దేని ద్వారా ఇవన్నీ మనకు లభ్యం కావలసి ఉందో, అట్టి మనస్సు మనకు బంధువై ఉండాలే గాని, శత్రువు కాకూడదు.

ఆత్మయే శత్రువు

ఎవరికి ఇంద్రియ మనస్సులు వశ మయ్యాయో అట్టి జితేంద్రియునికి ఆత్మయే బంధువు అని తెలుసుకున్నాం. కాని, ఎవరికి అలా వశం కావో, నిగ్రహింప బడవో అట్టి అనాత్మునకు ***(అనాత్మనః తు)*** ఆత్మయే శత్రువు లాగా ప్రవర్తిస్తూ ఉంటుంది ***(ఆత్మైవ శత్రువత్ శత్రుత్వే వర్తేత)***.

అనాత్ముడు అంటే అజితాత్ముడు ***(అజితాత్మనః)*** అని అర్థము. అంటే జితేంద్రియుడు కాని వాడు. అట్టి వానికి తన మనస్సే శత్రువు లాగా కీడు చేస్తూ ఉంటుంది అని అర్థము. శత్రువు అనేవాడు మన కంటే

వైరైన వాడు కనుక కీడు చేస్తాడు. కానీ, ఇక్కడ మన కన్నా భిన్నంగా లేకపోయినా, నిగ్రహింపబడని ఇంద్రియాదులు శత్రువు లాగా హాని చేస్తాయి. అంటే శత్రు భావాన్ని కనబరుస్తూ ఉంటాయి ***(శత్రుత్వే శత్రు భావే, వర్తేత ఆత్మైవ శత్రువత్).***

హాని చేసే స్వభావం శత్రువుకు ఉన్నా, సదా మనకు శత్రువు కీడు చేయలేడు. సర్వత్ర హాని తలపెట్ట లేడు. అన్ని ప్రదేశాలలో, అన్ని కాలాలలో హాని చేయడం బాహ్య శత్రువుకు సాధ్యం కాదు. దేశకాలాలలో మనకు దూరంగా వర్తించే వాడు అన్ని కాలాలలో ***(సదా)*** అన్ని ప్రదేశాలలో ***(సర్వత్ర)*** ఎలా చెడు చేస్తాడు?

కాని, దేహేంద్రియ సంఘాతము శత్రువుగా మారితే మాత్రం, అది ఎప్పుడూ మన తోనే ఉన్నందున ఎప్పుడైనా హాని జరుగవచ్చు. ఎక్కడైనా కీడు జరుగవచ్చు. దేహాన్ని విడిచిపెట్టి ఎక్కడికి పోగలం? ఇంద్రియాలను వేరు చేసి శరీర యాత్రను సాగించే దెలా? మనస్సు ఉన్నప్పుడే కదా ఇవన్నీ జరిగేది! కనుక, శరీరేంద్రియ మనోబుద్ధులు నిరంతరం వస్త్రం లాగా కాకుండా చర్మం లాగా మనలో భాగమై ఉన్నాయి కాబట్టి అవి గనుక శత్రు భావంతో వర్తిస్తే, మనం క్షణం కూడా సుఖ పడలేము. ధ్యానంలో స్థిర పడలేము.

ఆఖ్యాయిక

ఒక ఇల్లు అగ్ని ప్రమాదంలో చిక్కుకుంది. ఇంటి లోనే ఉన్న యజమాని ఏమి చెయ్యాలో తోచక గాబరా పడి ఇంటి కప్పు పైకి ఎక్కేశాడు. ఈ లోగా ఇంటి నలు వైపుల అగ్ని వ్యాపించి పోయింది. దాని నుండి ఎలా బయట పడాలో అతనికి అర్థం కాలేదు.

ఇది తెలుసుకున్న ఆ యజమాని స్నేహితులు పరుగు పరుగున అక్కడికి చేరారు. ఒక పెద్ద కంబళిని తెచ్చి దానిని అన్ని వైపుల పట్టుకొని, 'మిత్రమా! పరిస్థితి ప్రమాదంగా ఉంది. వెంటనే దూకేయ్! మేము పట్టుకుంటాం!' అని క్రింది నుండే అరిచారు.

ఇంటి కప్పు మీద ఉన్న యజమాని అది విని, 'ఒరేయ్! మీ మాటలు నేనొక్క నాటికి నమ్మను. మీరు నన్ను ఆట పట్టించాలని చూస్తున్నారు. నాకు బాగా తెలుసు. నేను దూకగానే మీరు పట్టుకున్న కంబళిని లాగేస్తారు' అన్నాడు.

'మిత్రమా! తమాషాలకు ఇది సమయం కాదు. మా మాట విను. నువ్వు ఇంకేమీ ఆలోచించకుండా దూకేయ్!' అన్నారు మిత్రులు. 'నేను దూకనే దూకను. నాకు మీ మీద నమ్మకం లేదు. కావాలంటే మీరు ఆ కంబళిని క్రింద పెట్టేసి దూరంగా వెళ్ళిపోండి. అప్పుడు దూకుతాను' అన్నాడు ఇంటి యజమాని.

అవగాహన చెడిన వారిని ఎవ్వరూ ఆదుకోలేరు. తనను తాను పాడు చేసుకో దలచిన వ్యక్తిని పాడు చెయ్యడానికి ఇతరు లెందుకు? తానే చాలు. తనకు తానే శత్రువు.

బయట ఎవ్వరూ లేరు - అందరూ లోపలే ఉన్నారు

బాహ్యంలో వస్తువులే ఉన్నాయి. మంచిచెడులు లేవు. వ్యక్తులే ఉన్నారు. బంధువులు, శత్రువులు లేరు. ఉన్న దున్నట్లు బాహ్యం అర్థం కాదు. ఆంతర్యాన్ని ప్రతిఫలిస్తూనే బాహ్యం ఎవరి కైనా అర్థ మవుతుంది.

బాహ్యంలో మనిషి కనిపిస్తాడు. చూచే వాడిలో స్నేహ భావం ఉంటే, కనిపించే వాడు స్నేహితుడుగా తెలుస్తాడు. చూచే వాడిలో శత్రు భావం కదిలితే, కనిపించే వాడు శత్రువుగా తెలుస్తాడు. ఏ మనిషైనా మహిలో తన మనస్సునే చూస్తాడు. తన మనస్సులో ఉన్న దానినే చూస్తాడు. ఇక్కడే అందాలు బంధాలుగా, బంధాలు అందాలుగా అగుపించి మనుగడనే అస్తవ్యస్తంగా మార్చుతాయి.

ఎవరికి ఇంద్రియాదులు వశపడి ఉంటాయో, వారికి వారి మనస్సే బంధువు. ఎవరికి ఇంద్రియాదులు వశపడవో వారికి వారి మనస్సే శత్రువు. మనలో ఉన్న మనస్సు మనకు బంధువైతే, బాహ్యంలో వెతికినా శత్రువు కనిపించడు. ఒకవేళ మన మనస్సే మనకు శత్రువైతే, ఇక బాహ్యంలో ఎవరు మిత్రుడో అర్థం కాదు. శత్రుత్వంతో వర్తించే మనస్సు అందరినీ శత్రువులు గానే చూపెడుతుంది. ఈ విషయంలో గురువును కూడా విస్మరించదు.

వశ పడని దేహేంద్రియ సంఘాతము మనిషిని భయంకరమైన సంసారారణ్యంలో విడిచి పెడుతుంది. దారి కానక, దిక్కు తోచక అలమటించేలా చేస్తుంది. అనుక్షణం బాధలను సృష్టిస్తుంది. ప్రతి క్షణం భయాలను చూపెడుతుంది.

అందుచేతనే, దొడ్డ బుద్ధి గల ప్రహ్లాదుడు, దుష్టుడైన తండ్రికి శత్రు స్థావరాన్ని స్పష్టంగా విశద పరచాడు. నాన్నా! బాహ్యంలో ఎందరో శత్రువుల్ని సంహరించావు. నీలో దాగి ఉన్న శత్రువుల్ని వధించ లేక దుర్గతి పాలయ్యావు. శత్రువు బయట లేడు తండ్రీ! నీ లోనే ఉన్నాడు.

ఉ॥ ***లోకము లన్నియున్ గడియలోన జయించినవాడ వింద్రియా***
నీకము జిత్తమున్ గెలువ నేరవు నిన్ను నిబద్ధు జేయు నీ
భీకర శత్రు లార్వుర బ్రభిన్నుల జేసిన బ్రాణికోటిలో
నీకు విరోధి లేడొకడు నేర్పున జూడుము దానవేశ్వరా !

ఇంద్రియాదులు నియమింపబడి, బంధువులుగా మారితే, ఆ తరువాత అన్వేషించినా బాహ్యంలో విరోధి కనిపించడు.

వశ పడిన దేహేంద్రియ సంఘాతము మనిషిని ఘోరమైన సంసార సాగరం నుండి బయట పడేస్తుంది. దృష్టిని జ్ఞానమయంగా తీర్చి దిద్దుతుంది. సృష్టిని బ్రహ్మమయంగా దర్శింప చేస్తుంది. నిత్యానందంతో తన్మయుల్ని చేస్తుంది. కనుకనే, ఎవరికి వారే బంధువు. ఎవరికి వారే శత్రువు అంటున్నాడు భగవంతుడు.

ధ్యాన విధానాన్ని ప్రారంభించే ముందు ఇంద్రియాదులను బంధువులుగా తయారు చేసుకోమని అందంగా ప్రవచించిన గీతాచార్యుడు, యోగారూఢ స్థితిలో స్థిరపడేందుకే ధ్యాన సాధన కనుక, అట్టి ఆరూఢ స్థితిని పొందిన యోగి వైభవమును తరువాత రెండు శ్లోకాలలో దివ్యంగా వర్ణిస్తున్నాడు.

జితాత్మనః ప్రశాన్తస్య పరమాత్మా సమాహితః ।
శీతోష్ణ సుఖదుఃఖేషు తథా మానావమానయోః ॥ 7

జితాత్మనః-ప్రశాంతస్య-పరమాత్మా-సమాహితః
శీతోష్ణ సుఖదుఃఖేషు-తథా-మానావమానయోః

శీతోష్ణ సుఖదుఃఖేషు	= శీతోష్ణ సుఖదుఃఖము లందు	జితాత్మనః	= జయింపబడిన మనస్సు గల వానికి
తథా	= అటులే	పరమాత్మా	= పరమాత్మ
మానావమానయోః	= మానావమానముల యందు	సమాహితః	= అనుభవము నందే ఉంటాడు
ప్రశాంతస్య	= ప్రశాంత స్వభావము గల వానికి		

మనస్సును జయించి, ప్రశాంతుడైన వానికి శీతోష్ణాలలో, సుఖదుఃఖాలలో, మానావ మానాలలో పరమాత్మే అనుభవంలో ఉంటాడు.

వ్యాఖ్య

ఎవడు జితాత్ముడో వాడు తనకు తానే బంధువు అని పూర్వ శ్లోకంలో అర్థం చేసుకున్నాం ***(యేన ఆత్మనా ఆత్మ ఏవ జితః తస్యాత్మనః స ఆత్మా బంధుః).*** తనకు తానే ఎలా బంధువో వివరిస్తూ, అట్టి బంధుత్వమును స్పష్టం చేస్తున్నాడు. ఇతరులతో మన సంబంధం లేదా బంధుత్వం సరిగ లేకపోతే, వ్యవహారం దెబ్బ తింటుంది. మనతో మనకు ఉండ వలసిన బంధుత్వం వక్రిస్తే దాని ప్రభావం ధ్యానం మీద ప్రత్యక్షంగా పడుతుంది. కనుక, ధ్యానం చేయడం కంటే, ధ్యానానికి అనుకూల మైన పరిస్థితుల్ని ముందు గానే తయారు చేసుకోవడం ముఖ్యం. అప్పుడే ధ్యానం ముందుకు సాగుతుంది. టిక్కెట్టు తీసికొని బండి ఎక్కిన వాడు ప్రశాంతంగా ప్రయాణం సాగిస్తాడు. టిక్కెట్టు లేకుండా బండి ఎక్కిన వాడు ఎక్కడ దిగుతాడో, ఎప్పుడు దిగుతాడో ఎక్కిన వాడికి కూడా అర్థం కాదు.

సాధకుడు దరి చేరే వరకు దారి తప్పకూడదు. ప్రవర్తనలో వక్ర మార్గము ఉండకూడదు. ఒకవేళ ఉంటే, ఆ మార్గం నుండి విరమించాలి. సన్మార్గంలో చరించాలి. వక్ర మార్గము నుండి విరమించ నంత వరకు ***(నా విరతో దుశ్చరితాత్)*** జ్ఞానము లభించదు, ముక్తి ప్రాప్తించదు అని శాస్త్రం. కర్మయోగం ద్వారా చిత్తశుద్ధిని పొంది, ప్రసన్న మనస్కుడై చిత్త విక్షేపాలను, చిత్త విక్షేప కారణాలను విస్మరించి, ధ్యానములో ఆత్మనిష్ఠు డైన యోగారూఢుని లక్షణాలను భగవానుడు విస్పష్టం చేస్తున్నాడు.

జితాత్ముడు

జితాత్ముడు అంటే ఆత్మను జయించిన వాడు అని అర్థము ***(ఆత్మా జితః యేన సః జితాత్మా).*** ఇక్కడ ఆత్మా అంటే దేహము అని అర్థము. దేహమును తన అధీనంలో ఉంచుకున్న వాడు జితాత్ముడు.

'నా దేహం' అని ప్రతివాడూ చెబుతాడు. మరి, మన దేహ మైతే మన మాట వినాలి కదా! మనకు వశ పడి ఉండాలి కదా! మన మాట వినని మనస్సు మన దెలా అవుతుంది? మనం పెంచుకున్న కుక్క కూడా మన మాట వినేటప్పుడు, మన దేహం మన మాట ఎందుకు వినదు? మన మాట వినని దేహం మన దెలా అవుతుంది?

ఇంట్లో అందరూ విధేయులుగా ఉండాలి అని భావిస్తాము. భార్యా పిల్లలు, బంధుమిత్రాదులు అందరూ మన మాట వినాలి అనుకుంటాం. ప్రపంచంలో ఎక్కడి కెళ్ళినా మన మాటే నెగ్గాలి. అందరూ మన అధీనం లోనే ఉండాలి అని ఆలోచిస్తాం. మరి, మన దేహం మన మాటను పాటించి, విధేయతతో మెలగాలి కదా! బ్రేకులు పడలివ బండి లాగా ఎలా పడితే అలా పోతే, మార్గంలో సాగే దెలా? గమ్యం చేరే దెలా? బండికి పెట్రోలు పోసినట్లు, దేహానికి ఆహారాన్నిచ్చి పోషించాలి. బండిని కడిగినట్లు దేహాన్ని శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. టైరులో గాలి నింపినట్లు, ప్రాణాయామాది యోగక్రియల ద్వారా దేహాన్ని సిద్ధం చేసుకోవాలి. ఇవన్నీ చేసే దెందుకు? బ్రేకులు అధీనంలో ఉన్న బండి సక్రమంగా నడిచినట్లు, ధ్యాన సాధనకు దేహం స్థిరంగా సిద్ధపడి ఉండటానికి. అంతేకాదు, ఆసన ప్రాణాయామాదులు మొదలుకొని అన్ని విషయాల లోనూ దేహం మన అధీనంలో ఉండాలి. అలా దేహేంద్రియ సంఘాతాన్ని సదా తన అధీనంలో ఉంచుకున్న వాడు యోగారూఢుడు, జితాత్ముడు ***(జితాత్మనః).*** ఇక్కడ ***జితాత్మనః*** అంటే కార్యకరణాది సంఘాతమును జయించిన వాడు అని ఆచార్యుల వారి భాష్యం.

ప్రశాంత చిత్తుడు

ప్రశాంతమైన చిత్తము కలవాడు ప్రశాంతచిత్తుడు. అట్టి ప్రశాంత చిత్తునకు, ప్రసన్నమైన అంతఃకరణము

గల వానికి పరమాత్మ సమాహితుడై ఉంటాడు ***(ప్రశాన్తస్య ప్రసన్న అంతఃకరణస్య సతః సంన్యాసినః పరమాత్మా సమాహితః).*** దేహం ఎలాగైతే ఆరోగ్యంగా ఉండి, స్వాధీనంలో ఉంటుందో, అలాగే మనస్సు కూడా రాగద్వేషాల నుండి విడిపడి ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. స్థూల సూక్ష్మ శరీరాలు రెండూ సంపూర్ణంగా యోగారూఢునికి స్వాధీనంలో ఉంటాయి. ఇక్కడ ప్రశాంత చిత్తము అంటే ప్రసన్న చిత్తము అని అర్థము. విక్షేప రహిత చిత్తము అని భావము.

ప్రాపంచిక విషయ సంగంతో, కర్మసంగంతో అనిత్య విషయాలను పెనవేసుకొనే మనస్సు ఎల్లప్పుడు అశాంతితో అలమటిస్తూ ఉంటుంది. ఈ విధమైన అశాంత చిత్తము అందరి అనుభవంలో ఉంటుంది.

అశాంతి లేకుండా ఉన్నప్పుడు అది శాంత చిత్తము అవుతుంది. ఆశించింది అందినపుడు ఇలాంటి శాంతి అనుభవానికి అందుతూ ఉంటుంది. ఏ ఆలోచనలు లేని నిద్రావస్థలో కూడా, అశాంతి తెలియని శాంతి అనుభవింప బడుతూ ఉంటుంది. ఇదే శాంత చిత్తము. ఈ విధమైన శాంతి నైమిత్తిక శాంతి. అంటే, ఒక కారణంగా ఏర్పడిన శాంతి. వచ్చిపోయే శాంతి. ఈ విధమైన చిత్త శాంతికి రాకపోకలు ఉంటాయి కనుక, ఇది నిత్యశాంతి కాదు.

ప్రస్తుత శ్లోకంలో యోగారూఢుని అనుభూతిగా తెలుస్తున్నది వచ్చిపోయే శాంతి కాదు, స్వరూప శాంతి. శాంత చిత్తానికి కారణాలు ఉన్నాయి. స్వరూప శాంతికి కారణాలు లేవు. అది నిత్యశాంతి. అందుచేతనే, ఈ శ్లోకంలో **శాన్తస్య** అనకుండా **ప్రశాన్తస్య** అనే ప్రయోగము జరిగింది. 'ప్ర' అనే ఉపసర్గ స్వరూపశాంతిని ప్రకర్షంగా ప్రకటన చేస్తూ ఉంది. మనస్సును కలత పెట్టే చిత్త విక్షేపాలు, వాటికి కారణాలైన చిత్త విక్షేప హేతువులు ఎవరి మనస్సులో అదృశ్య మవుతాయో, అట్టి చిత్తానికి బ్రహ్మ దర్శనమే ప్రాప్త మౌతూ ఉంటుంది. అట్టి యోగారూఢునికి పరమాత్మే సమాహితు డవుతూ ఉంటాడు ***(పరమాత్మా సమాహితః సాక్షాత్ ఆత్మభావేన వర్తతే ఇత్యర్థః).*** ఆత్మే పరమాత్మగా సమాహితుడు. సాక్షాత్తు ఆత్మరూపంగా పరమాత్మ భాసిస్తూ ఉంటాడు అని అర్థం ***(హృదయ కుహర మధ్యే ..... సాక్షాత్ ఆత్మరూపేణ భాతి).***

సమదర్శనము

దృష్టిదోషము లేని నేత్రానికి రూపము మాత్రమే గోచర మైనట్లు, చిత్తవిక్షేపం లేని బుద్ధివృత్తికి బ్రహ్మమే విదిత మవుతూ ఉంటుంది. ఇంతవరకు ఉన్న ***అహం కర్తా, అహం భోక్తా, అహం మన్తా*** అనే వృత్తులు అదృశ్యమై ***అహం ఆత్మా*** అనే అఖండాకార వృత్తి మాత్రమే ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. ఈ విధమైన పరమాత్మ సమాహిత చిత్తమే సమాధి అని ఆనందగిరి వ్యాఖ్యానము ***(జితాత్మనః నిర్వికార చిత్తస్య ఆత్మా చిత్తం పరం ఉత్కర్షేణ సమాహితః సమాధిం ప్రాప్తః భవతి!).*** పరమాత్మ సమాహితుడు చిత్తమును పరమాత్మ యందే స్థిరంగా ఉంచిన వాడు. అతడే యోగారూఢుడు. అపరోక్షానుభూతిలో ఉన్నవాడు. కనుకనే, పరమాత్మ సమాహితుడు సాక్షాత్తు ఆత్మ గానే ఉంటాడు అని ఆచార్యుల వారు భాష్యంలో అనువదిస్తే, అతడు ఆత్మనిష్ఠుడే అని శ్రీధరస్వామి అనుసరించాడు ***(సమాహితః ఆత్మనిష్ఠో భవతి!).*** మరి, అట్టి జితాత్ముడు, ప్రశాంత చిత్తుడు అయిన పరమాత్మా సమాహితునికి ద్వంద్వాలు అగుపించవా? మనల్ని కలత పెట్టినట్లు అతనిని కలవర పెట్టవా? పెడతాయి. అలా కలత పెట్టడం ద్వంద్వాల సహజగుణం. వికారాల మధ్య నిర్వికారంగా ఉండటం యోగారూఢుని వైభవం.

వేడి - వెన్నెల

వేడి, వెలుగు సూర్యునిలో గోచరిస్తూ ఉంటే, చల్లదనం, వెన్నెల చంద్రునిలో తెలుస్తూ ఉంటాయి. దినరాజు పగలంతా వెలుగును ఆరబోస్తాడు. నెలరాజు వెన్నెల రాత్రుల లోనే సంచరిస్తాడు. అర్కునిలో అందాలు

రోజంతా ఒకే విధంగా ఉండవు. ఉదయభానుని అరుణ కిరణ కాంతికి, మధ్యాహ్న మార్తాండుని ప్రచండ తాపానికి ఎంతో తేడా ఉంది. అలా ఉండటమే ఆదిత్యుని లక్షణము. శశిసూర్యుల సొగసులలో స్వరూప స్వకార్యాలు ఎలా ఉన్నా, దివారాత్రాలు వాటంతట అవి నడిచి పోతూ ఉంటాయి. కాలం కునుకు తీయడం ఎక్కడా కనిపించదు.

జీవితం కూడా అలాగే సాగి పోతుంది. వచ్చేవి వస్తూ ఉంటాయి. పోయేవి పోతూ ఉంటాయి. వచ్చే వాటిని ఆపలేము. పోయే వాటిని నిలప లేము. నదీ ప్రవాహంలో నావ సాగినట్లు, బ్రతుకు నావ సాగి పోవాలి. దేహ స్థాయిలో తెలిసే శీతోష్ణాలను, మనో స్థాయిలో చలింప చేసే సుఖదుఃఖాలను, బుద్ధి స్థాయిలో తాండవించే మానావమానాలను కర్మయోగి ఈశ్వర భావ యుక్తుడై ప్రసాదంగా స్వీకరిస్తే, యోగారూఢుడు ఆత్మ భావంలో విలక్షణంగా శోభిస్తూ ఉంటాడు.

శీతోష్ణాలు లేకపోతే సృష్టి కార్యమే జరుగదు. సృష్టి లోని కార్యాలు నడవవు. ద్వంద్వాలలో అందాలు, ఆనందాలు ఉన్నాయా? అనే విషయాన్ని ప్రక్కన పెడితే, ద్వంద్వాలు బ్రతుకులో అవసరాలై ఉన్నాయి.

శీతోష్ణాలు బాధిస్తాయా? ఒకవేళ అదే వాస్తవ మైతే, అనివార్యాలుగా, అవసరాలుగా తెలిసే వాటిని తొలగించే అవకాశం లేదు కనుక, వాటి విషయంలో అవగాహనను పెంపొందించు కోవాలి. సహనాన్ని వృద్ధి చేసుకోవాలి.

సూర్యుని ప్రచండ కిరణాలు ఆకాశం లోనే ప్రసరిస్తున్నాయి. తుషార శీతల వీచికలు ఆకాశం లోనే పచార్లు చేస్తున్నాయి. రెండిటికీ ఆధారమై, ఆశ్రయ మైన ఆకాశము అసంగమై, రెండిటి చేతను అంటబడకుండా ఏకమై సమంగా భాసిస్తుంది.

నీటి పాత్రను అగ్నిపై ఉంచితే, పాత్ర వేడెక్కుతుంది. పాత్రతో పాటు పాత్ర లోని నీరు కూడా వేడెక్కుతుంది. అంతేగాని, పాత్ర లోని ఆకాశము వేడెక్కదు. కాగుతో పాటు నీళ్ళు కాగుతాయే గాని, ఆకాశం కాగదు. శీతోష్ణాలు పాత్ర లాంటి దేహం పైనే ప్రభావం చూపుతాయి. సుఖదుఃఖాలు జలం లాగ చలించే మనస్సు పైనే తమ ప్రతాపాన్ని చూపిస్తాయి. ఆకాశం లాగా అసంగమైన ఆత్మ విషయంలో శీతోష్ణాలు, సుఖదుఃఖాలు తమ ప్రభావాన్ని చూపలేవు.

శీతోష్ణాలు దేహాన్ని, సుఖదుఃఖాలు మనస్సును కలత పెట్టినట్లు, నిందాస్తుతులు, మానావమానాలు బుద్ధిని కలవర పరుస్తాయి. **మానః** అంటే గౌరవము, స్తుతి, ఉపచారము, పూజ మొదలైనవి. ఇవి ప్రాప్తించి నపుడు మనిషి సంబరపడి పోతాడు. **అవమానః** అంటే అమర్యాద, నింద, తిరస్కారము మొదలైనవి. ఇలాంటివి ఎదురైన నపుడు మనిషి క్రుంగి పోతాడు. వీటికి సాక్షిగా ఉండి చలించని వాడు యోగారూఢుడు (***మానావ మానయోః పూజా పరిభవయోః సమః స్యాత్***). మానావమానాలలో సమంగా ఉండువాడు. పరమాత్మా సమాహితుడు కావడం చేతనే ఈ విధమైన సమస్థితి ప్రాప్తించింది.

తాను ఆత్మ అని తెలిసిన వానిని నిందలు తాకుతాయా? ఒకవేళ అతనిని ఎవరైనా నిందించినా, ఆ నిందలకు, తనకు ఎలాంటి సంబంధం లేదని ఆత్మభావకునికి తెలుసు కనుక నిందలలో అతడు స్థైమితాన్ని కోల్పోడు. కోపగించుకోడు (***న కుప్యేత్***).

ఆత్మజ్ఞుడైన వానిని మరి పొగడ్తలు చలింప చేస్తాయా? వాక్కుకు ఆధారమైన వానిని వాక్కు లేమని పొగుడుతాయి? అందుచేత, సత్యరూపుడై భాసించే తాను (***సత్యేన తిష్ఠాసీత్***) స్తుతులకు చలించడు (***న కంపేత***).

చిరుగాలికి ఆకులు కదుల్తాయి. పిల్లగాలులకు కేశాలు చలిస్తాయి. చిరుగాలులు, పిల్లగాలులు పర్వతాలను చలింప చేస్తాయా? శీతోష్ణాలు, సుఖదుఃఖాలు మానావమానాలు అనే పిల్లగాలులు ఎంతగా వీచినా యోగారూఢుడు అనే జ్ఞానపర్వతాన్ని చలింప చేయలేవు.

పరిస్థితులు మారినా యోగారూఢుని చిత్తంలో ఏ మార్పూ ఉండదు. వస్తువులు, విషయాలు విభిన్నంగా గోచరిస్తున్నా, యోగారూఢుని దృష్టిలో సమత్వమే స్థిరంగా ఉంటుంది. చదవండి.

జ్ఞానవిజ్ఞానతృప్తాత్మా కూటస్థో విజితేన్ద్రియః ।
యుక్త ఇత్యుచ్యతే యోగీ సమలోష్టాశ్మకాఞ్చనః ॥ 8

జ్ఞానవిజ్ఞానతృప్తాత్మా-కూటస్థః-విజితేంద్రియః
యుక్తః-ఇతి-ఉచ్యతే-యోగీ-సమలోష్టాశ్మ కాంచనః

జ్ఞానవిజ్ఞాన తృప్తాత్మా	= జ్ఞానవిజ్ఞానముల చేత తృప్తి చెందిన వాడు	యుక్తః ఇతి	= యోగారూఢుడు అని
		ఉచ్యతే	= చెప్పబడు తున్నాడు
కూటస్థః	= కూటస్థుడు	యోగీ	= యోగనిష్ఠుడు
విజితేంద్రియః	= జయింపబడిన ఇంద్రియములు గలవాడు	సమలోష్టాశ్మ కాంచనః	= మట్టి, రాయి, బంగారము లను సమంగా చూస్తాడు

యోగనిష్ఠుడు ఆత్మ గానే ఉంటాడు. జ్ఞానంతో, విజ్ఞానంతో అతని మనస్సు తృప్తి చెంది ఉంటుంది. వికారాలు తెలియకుండా ఉంటాడు. ఇంద్రియాలు అతనికి వశపడి ఉంటాయి. మట్టి గడ్డను, రాతిని, బంగారాన్ని ఒకేలా చూస్తాడు. అతడే యోగారూఢుడు.

వ్యాఖ్య

పరమాత్మ సమాహితుడైన యోగారూఢుడు (1) జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ముడు (2) కూటస్థుడు (3)జితేంద్రియుడు (4) సమలోష్టాశ్మ కాంచనుడు.

జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ముడు

జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్మా అనే ఈ సమాసంలో నాలుగు పదాలు ఉన్నాయి. జ్ఞానము, విజ్ఞానము, తృప్తి, ఆత్మ అనేవే ఆ నాలుగు పదాలు. యోగారూఢునిలో ఈ నాలుగు స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి.

జ్ఞానము అంటే శాస్త్ర ప్రతిపాదిత విషయాన్ని గ్రహించడము అని అర్థము (***జ్ఞానం శాస్త్రోక్త పదార్థానాం పరిజ్ఞానం***). శాస్త్రం నుండి గ్రహించిన పరోక్ష జ్ఞానమును అపరోక్షంగా అనుభవానికి తెచ్చుకోవడం విజ్ఞానం (***శాస్త్రతః జ్ఞాతానాం తథైవ స్వానుభవ కరణం విజ్ఞానం***). ఈ జ్ఞానవిజ్ఞానాల వల్ల 'చాలు - ఇక ఏమీ వద్దు' అనే తృప్తి ఎవడి అంతఃకరణంలో కలుగుతుందో, అట్టి వాడు జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ముడు (***జ్ఞాన విజ్ఞానాభ్యాం తృప్తః సంజాత అలం ప్రత్యయః ఆత్మా అంతఃకరణం యస్య సః జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్మా***).

వివేక వైరాగ్యాల చేత శమాది షట్క సంపత్తిని పొంది, తీవ్రమైన మోక్షేచ్ఛ కలిగిన సాధకుడు, ఈశ్వర కృప చేత, సద్గురువు అనుగ్రహం వల్ల జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ముడు అవుతాడు. శాస్త్ర జ్ఞానాన్ని శ్రవణం చేయడం జ్ఞానమైతే, అలా శ్రవణం చేసిన విషయం విపరీత జ్ఞానము చేత విచలితం కాకుండా, మనన నిదిధ్యాసల చేత అపరోక్షంగా దర్శించడము విజ్ఞాన మవుతుంది. అంతేకాదు, సత్యము, జ్ఞానము, అనంతము బ్రహ్మ లక్షణంగా గ్రహించడము జ్ఞానము కాగా, తన ఆత్మయే ఆ బ్రహ్మము అని విశేషంగా గ్రహించడం

విజ్ఞానము అవుతుంది. ఒక్క మాటలో చెప్పాలి అంటే, ఈ మందు తింటే ఆ రోగం పోతుంది అని తెలియడం జ్ఞాన మైతే, అట్టి ఔషధమును సేవించి ఆరోగ్యమును పొందడము విజ్ఞానము అవుతుంది.

ప్రమ - ప్రమాణము

జ్ఞానము ఏదైనా అది వస్తు తంత్రమే గాని పురుష తంత్రము కాదు. ఏ వస్తువుకు సంబంధించిన జ్ఞానమైనా, అట్టి జ్ఞానమును పొందడం వల్ల ఆ వస్తువు యొక్క జ్ఞానం కలుగుతుందే గాని మరొక వస్తువుకు సంబంధించిన జ్ఞానము కలుగదు. వస్తు జ్ఞానము ఏదైనా అది వస్తువు కన్నా భిన్నంగా ఉండదు. కనుక వస్తు జ్ఞానంతో వస్తువును అర్థం చేసుకోగలమే గాని, మన ఇష్టానుసారం అర్థం చేసుకోలేము. అందుకనే జ్ఞానము వస్తు తంత్రమే గాని పురుష తంత్రము కాదు అంటున్నాము. జ్ఞానాన్ని పొందేది పురుషుడే కావచ్చు. అలాగని జ్ఞానము పురుషునికి సంబంధించింది కాదు. వస్తువుకు సంబంధించింది.

వస్తు ప్రపంచంలో అనేక వస్తువులు, విషయాలు ఉన్నాయి. ఒక వస్తువుకు సంబంధించిన జ్ఞానం కలిగితే, మనకు ఆ వస్తువు తెలుస్తుందే గాని మరొక వస్తువు తెలియదు. ఇక్కడే వస్తు ప్రపంచంలో ద్వైతం గోచరిస్తూ ఉంది. భిన్న వస్తువులకు సంబంధించిన జ్ఞానము భిన్నంగా ఉన్నందున, అలా భిన్నమైన వాటిని తెలుసుకుంటున్న వ్యక్తి వస్తువుల కన్నా అన్యమైన వాడు అని భావించడం జరుగుతూ ఉంది. ఇదే ద్వైత జ్ఞానము.

జ్ఞానము వ్యక్తిగతం కాకపోయినా, జ్ఞానము వ్యక్తికే కలుగుతూ ఉంది. ద్వైత జ్ఞానము వ్యక్తికి వ్యక్తికి వేరు వేరుగా కలుగుతూ ఉన్నందున, ఇంతకీ సత్య జ్ఞానము ఏమిటి? అనే ప్రశ్న ఉదయిస్తూ ఉంది.

అందరికీ ఒకే ప్రపంచం గోచరిస్తూ ఉంది. ప్రపంచం తమ కన్నా అన్యంగా ఉంది అన్న భావనే అందరికీ ఉంది. కాని ఒకరికి అర్థమైనట్లు మరొకరికి ప్రపంచం అర్థం కావడం లేదు. ఉన్న వస్తువు ఒక్కటైతే, అ ఉన్నదున్నట్లు అర్థం కాకపోగా, ఒకొక్కరికి ఒకొక్క విధంగా అర్థమయ్యేటప్పుడు వీటిలో ఏది వాస్తవ జ్ఞానము? అనే చర్చ ముందు కొస్తూ ఉంది.

ఆఖ్యాయిక

ఒక వ్యక్తి బస్సులో ప్రయాణిస్తున్నాడు. అతని ప్రక్క సీటులో మరొక వ్యక్తి కూర్చుని ఉన్నాడు. అతడి కాళ్ళకు రెండు చెప్పులు లేవు. ఒక్కటే ఉంది.

'పాపం! మీ చెప్పు ఒకటి పోగొట్టుకున్నట్టున్నారు? బహుశ బస్సు ఎక్కే తొందరలో అది జారిపోయి ఉంటుంది' అన్నాడు ప్రయాణికుడు.

'లేదండి! నేను ఒకటి పోగొట్టుకోలేదు. నాకు ఒక్కటే దొరికింది. నేను బస్సు ఎక్కే తొందరలో నా కాలి చెప్పును పోగొట్టుకోలేదు. తొందరగా దిగడంలో ఒకతను తన కాలి చెప్పును పోగొట్టుకున్నాడు. ఒక్కటే దొరికింది కనుక, ఒక్కటే తొడుక్కున్నాను' అని బదులిచ్చాడు తోటి ప్రయాణికుడు.

మన ఊహలకు, వాస్తవాలకు సంబంధము ఉండవచ్చు, ఉండక పోవచ్చు. మన ఆలోచనలకు అందేవన్నీ వాస్తవాలే అని చెప్పలేము. వాస్తవ మైతే, అందరికీ ఒకే విధంగా అర్థ మవుతుంది. మనిషికి మనిషికి భిన్నంగా అర్థమయ్యేది సత్యజ్ఞానం కాదు.

స్వప్నంలో మనం అనేక విషయాలను చూస్తాము. అనుభవిస్తాము. స్వప్నం యొక్క అర్థం స్వప్నంలో లేదు. కల గనే వ్యక్తిలో ఉంది. స్వప్నంలో గోచరించిన భిన్న వస్తువులు స్వప్న కాలంలో వాస్తవాలు గానే ఉంటాయి. కాని, అది స్వప్న జగత్తు. సత్య మైనది కాదు.

స్వప్నంలో అనేకములు గోచరించినా ఆ భిన్నత్వం లోని ఏకత్వము ఎవరో కాదు, స్వప్న ద్రష్టే. స్వప్న దృశ్యాలు, స్వప్న ద్రష్ట, స్వప్న దర్శనము - ఇవి మూడు కావు. ఒక్కటే. మేలుకున్న తరువాత, స్వప్నంలో గోచరించిన ద్వైత ప్రపంచము స్వప్న ద్రష్ట కన్నా వేరు కాదని తెలుస్తుంది. స్వప్నంలో జ్ఞాతృ జ్ఞాన జ్ఞేయాలుగా తెలిసిన త్రిపుటి వాస్తవానికి లేనే లేదు. అవన్నీ ఒక్కడే నని మేలుకున్న వాడికి అర్థ మవుతుంది.

అలాగే వస్తు ప్రపంచము, ప్రపంచాన్ని అర్థం చేసుకొనే వ్యక్తి ఒక్కరే. జ్ఞానము, జ్ఞేయము, జ్ఞాత ఒక్కరే. ఇదే సత్యజ్ఞానం. సత్యజ్ఞానం కలిగితే అందరికీ ఒకే జ్ఞానము కలుగుతుంది; సత్యము సత్యజ్ఞానము వేరు కావు కనుక.

అలా కాకుండా, ఎవరి కల వారిదే అయినట్లు, ఒకరి జ్ఞానం మరొకరి జ్ఞానంతో విభేదిస్తూ ఉన్నప్పుడు అది సత్య జ్ఞానము అయ్యేందుకు వీలు లేదు. అది మిథ్యా జ్ఞానము. ద్వైత జ్ఞానము.

సత్య జ్ఞానంలో ద్వైతం ఉండదు. కనుక భేదాలు ఉండవు. ప్రపంచంలో భిన్నత్వం వ్యావహారికమే గాని పారమార్థికం కాదు. ద్వైత ప్రపంచంలో మునిగిన వారికి ద్వైత జ్ఞానము కలుగుతుందే గాని సత్య జ్ఞానము కలుగదు. ద్వైత జ్ఞానము భేదజ్ఞానము కావడం చేత అసంతృప్తికి బాట వేస్తుందే గాని మనిషిని సత్య మార్గం వైపు నడిపించదు. సత్యజ్ఞానమే తృప్తిని ప్రసాదిస్తుంది. నిత్యతృప్తిని అనుగ్రహిస్తుంది. అట్టి జ్ఞానము పురుష తంత్రము కాలేదు కనుక, వస్తు తంత్రమైన ఆ జ్ఞానము శాస్త్రము ద్వారానే అందాలి. సత్యజ్ఞానానికి శాస్త్రమే ప్రమాణము. శాస్త్రము అందించే పరోక్ష జ్ఞానాన్ని అపరోక్షం చేసుకోవడమే విజ్ఞానము. ఇదే పూర్ణ జ్ఞానము. పూర్ణ తృప్తి నిచ్చే సత్య జ్ఞానము. ఈ విశ్వమంతా బ్రహ్మమే అనే పూర్ణ జ్ఞానము ***(బ్రహ్మైవేదం విశ్వమితి).***

జ్ఞానికి జగతి మధుకలశం
అజ్ఞానికి పుడమి విషవలయం
శృతి చేస్తేనే వాయిద్యం
శ్రుతి విజ్ఞానమే వైభవం
శ్రుతియే జ్ఞానం మతియే మాయ
శ్రుతి జ్ఞానంతో మాయము మాయ
రామ రామ జయ రాజారామ్
రామ రామ జయ సీతారామ్

అని రామజోగి చిట్కా.

ఈ విధమైన జ్ఞాన విజ్ఞానముల చేత యోగారూఢుని మనస్సులో 'చాలు' అనే వృత్తి పుడుతుంది. అదే తృప్తి. ఇక్కడ 'ఆత్మా' అంటే సచ్చిదానందాత్మ అని కాదు, అంతఃకరణము అని అర్థము. యోగారూఢుని అంతఃకరణములో 'ఇక చాలు' అనే బుద్ధి వృత్తి పుడుతుంది. దానినే తృప్తి అంటున్నాడు.

తృప్తః అంటే *సంజాత అలం ప్రత్యయః* అని చక్కగా, స్పష్టంగా నిర్వచించారు భాష్యంలో ఆచార్యులు. తృప్తి అనేది ఒక విచిత్రమైన అనుభూతి. కొందరు ఆహారంతో తృప్తి చెందుతారు. కొందరు ఆరోగ్యంతో, మరి కొందరు ఆస్తులతో, ఇంకా కొందరు పదవులతో తృప్తి చెందుతారు. ఈ తృప్తులలో లోతుగా ఆలోచిస్తే, అసంతృప్తి అంతర్లీనంగా ఉంటుంది. అందుచేత ఏది వచ్చినా, ఎంత వచ్చినా మనిషి 'చాలు' అని అనడు.

సంస్కృతంలో 'అలం' అంటే చాలు అని అర్థం. 'ఇక చాలు - ఏమీ అవసరం లేదు' అనే సంతృప్తి ***(అలం బుద్ధి)*** జ్ఞాన విజ్ఞానముల చేత కలుగుతుందే గాని, మరో విధంగా కలుగదు. 'అలం' చాలు అనే భావన

ఆత్మజ్ఞాన జనితము. మిగిలిన తృప్తులలో 'అలం' లేదు. ఉండదు. 'అనలం' ఉంటుంది. తృప్తి లేనిది 'అనలం'. అందుకే అగ్నిని 'అనలం' అంటారు. ఎంత వేసినా దగ్ధం చేస్తుందే గాని సంతృప్తిని వ్యక్తం చేయదు కనుక అగ్నిని అనలం అన్నారు. అట్టి జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ము డైన యోగారూఢుడు **కూటస్థుడు.** అంటే చలించని వాడు అని అర్థం.

కూటస్థుడు

కూటస్థుడు అంటే చలనము లేనివాడు. నిశ్చలమైన వాడు. నిర్వికారుడు. చలింప చేయుటకు సాధ్యం కాని వాడు కూటస్థుడు ***(కూటస్థః అప్రకమ్ప్యః భవతి).*** సమస్తము మారిపోతున్నా, తనలో ఏ విధమైన మార్పు లేనివాడు.

ఆత్మ నిర్వికారము కనుక కూటస్థము. దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులలో అనేక మార్పులు గోచరిస్తున్నా, ఆ మార్పు లన్నిటికీ ఆధారమైన ఆత్మ ఏ మార్పు లేనిదై నిర్వికారంగా ఉంది. అవికార్యంగా ఉంది. పరమాత్మా సమాహితు డైన యోగారూఢుడు తానే ఆత్మ అనే జ్ఞానం కలవాడు కనుక తాను కూటస్థుడు.

ఈ కూటస్థ శబ్దార్థాన్ని వివరించే సందర్భాలలో సాధారణంగా శాస్త్రం దాగలిని ఉదాహరణగా చూపుతుంది. **కూటః** అంటే దాగలి. **స్థః** అంటే ఉండువాడు. **కూటస్థుడు** అంటే కమ్మరి వాని దాగలి వంటి వాడు అని అర్థము.

ఆభరణాలు చేయడానికి, సొమ్ములకు వంపు సొంపులు తీర్చడానికి ఉపకరిస్తూ కంసాలి వద్ద ఇనుప ముద్ద ఒకటి ఉంటుంది. దానిని సంస్కృతంలో **కూటః** అని, తెలుగులో దాగలి అని అంటారు. ఆ దాగలిపై లోహపు ముక్కలను ఉంచి, వాటిని సమ్మెటతో కొడుతూ, అనేక రూపాలను కంసాలి తయారు చేస్తూ ఉంటాడు. తన మీదనే అనేక రూపాలు తయా రవుతున్నా, తాను మాత్రము ఏ విధమైన మార్పు లేకుండా దాగలి సదా సమం గానే ఉంటుంది. అలాగే ఆత్మను ఆధారంగా చేసికొని ఎన్నో వికారములు జరిగి పోతున్నా, ఆత్మ సదా నిశ్చలం గాను, నిర్వికారం గాను ఉంటుంది. అట్టి ఆత్మయే తాను అని గ్రహించిన యోగారూఢుడు కూడా నిర్వికారుడై, కూటస్థుడై ఉంటాడు. పరిగ్రహించడము, పరిత్యజించడము రెండూ తెలియని వాడై ఉంటాడు. కనుక, రాగద్వేషాలు లేని తాను, ఇంద్రియాలను తన వశంలో ఉంచుకొని ఉన్నందున అతడు జితేంద్రియుడు.

విజితేంద్రియుడు

జితేంద్రియుడు అంటే ఇంద్రియాలను నిగ్రహించిన వాడు అని ఇప్పటికే మనం అర్థం చేసుకొని ఉన్నాం. ఇక్కడ జితేంద్రియత్వము అనకుండా విజితేంద్రియత్వము అనడం జరిగింది. ప్రత్యేకంగా 'వి' చేర్చడంలో ఉండే విశేషాన్ని కూడా గుర్తించాలి. ఇంద్రియాలను నిగ్రహించడం జితేంద్రియత్వము. తిరిగి విజృంభించకుండా చక్కగా నిశ్శేషంగా నిగ్రహించడము విజితేంద్రియత్వము.

ఇంద్రియాలు సహజంగా ఇంద్రియ విషయాల వైపు పరుగులు తీస్తూ ఉంటాయి. విషయాసక్తి మనస్సులో తిష్ఠ వేసి ఉండటమే ఈ విధంగా ఇంద్రియాలు ఇంద్రియ విషయాల వైపు ఆకర్షింప బడటానికి కారణము.

విషయాలను ఇంద్రియాలకు దూరం చేస్తే ఇంద్రియాలను నియమించ వచ్చు అని చాలా మంది భావిస్తూ ఉంటారు. కాదు, భ్రమిస్తూ ఉంటారు. విషయాలు ఇంద్రియాలకు దూరం గానే కదా ఉన్నాయి!

తెర మీదే కదా సినిమా నడుస్తూ ఉంది! సినిమా చూచే కళ్ళకు సినిమా దూరం గానే కదా ఉంది!

శ్రావ్యమైన సునాదా లన్నీ చెవులకు బాహ్యం లోనే కదా ఉన్నాయి! కొట్టు లోని మిఠాయిలు లొట్ట లేసే నాలుకకు దూరం గానే కదా ఉన్నాయి! దూరం గానే ఉన్న వాటిని ఇంకెంత దూరం చెయ్యాలి? దూరంలో ఉన్న విషయాలకు దగ్గరగా మనల్ని తీసుకొని పోయే దెవరు? అది ముందు మనకు అర్థం కావాలి.

మనస్సు లోని రాగద్వేషాలే వస్తువులకు సుముఖం గాను, విముఖం గాను మనల్ని తీసుకొని పోతున్నాయి. మనస్సులో ఆసక్తి లేనపుడు ఇంద్రియాలు విషయాలను వెంబడించవు. ఇంద్రియా లన్నీ కోరలు తీసిన పాము ల్లాగా పడి ఉంటాయి. ఇదే విజితేంద్రియత్వము. కూటస్థుడు, జ్ఞానవిజ్ఞాన తృప్తాత్ము డైన పరమాత్మ సమాహితుడు ఏక వస్తు దర్శనమే ప్రధానంగా కలిగి ఉంటాడు. భిన్నత్వము తెలిసి రాని కారణంగా పరిగ్రహణానికి, పరిత్యాగానికి అతీతుడుగా ఉంటాడు.

సమలోష్టాశ్మ కాంచనుడు

పరమాత్మ సమాహితు డైన యోగియే యోగారూఢుడు. అతడు ***సమలోష్టాశ్మ కాంచనుడు.*** మట్టిగడ్డ, రాయి, బంగారము - వీటిని ఒకే విధంగా చూచేవాడు సమలోష్టాశ్మ కాంచనుడు ***(లోష్టాశ్మ కాంచనాని సమాని యస్య సః సమలోష్టాశ్మ కాంచనః).***

మట్టి గడ్డను, రాయిని సమంగా చూడటం సాధ్య పడుతుందేమో గాని, మట్టిని బంగారాన్ని ఒక్కటిగా చూచేది ఎలా? అనే సందేహం ప్రతి ఒక్కరికి కలుగుతుంది. ఈ సందేహం ఎందుకొస్తుంది? విలువను బట్టి. అంతేనా? ఈ విలువ ఎక్కడిది? ఎవరు కల్పించింది? మనస్సు కల్పించింది. మనిషి కల్పించింది. ఒకవేళ, మట్టి లభించి నంతగా బంగారు లభించి, కాంచనం లాగా మట్టి అరుదైన వస్తువై ఉంటే ఎలా ఉండేదో! విలువ లన్నీ విలువ తెలియని మనస్సు లోనే ఉన్నాయి. విలువలకు విలువ నిచ్చే ఆత్మ యొక్క విలువ తెలిసిన వానికి అన్నీ విలువైనవే. ఎందుకని? ఆత్మ కన్నా అన్యంగా దేనికీ విలువ లేదు కనుక.

మనిషి మట్టి తింటాడా? అలాగని బంగారు తింటాడా? వచ్చే టప్పుడు ఏమి తెచ్చాడు? పోయేటప్పుడు ఏమి తీసుకొని పోతాడు? మధ్యలో ఈ విలువ లన్నీ ఎక్కడ నుండి దూసుకొచ్చాయి?

తల్లి గర్భము నుండి ధనము తేడెవ్వడు వెళ్ళి పోయెడి నాడు వెంటరాదు

లక్షాధికారైన లవణ మన్నమె గాని మెరుగు బంగారంబు మ్రింగబోడు - అని నిజాలను కళ్ళకు కట్టి మరీ చూపింది నరసింహ శతకము.

ఈ సృష్టికి పరమేశ్వరుడు అభిన్న నిమిత్త ఉపాదాన కారణ మైనందున, మట్టిపాత్ర లన్నిటిలో మట్టే ఉన్నట్లు, సృష్టి లోని ప్రతి వస్తువులో పరమేశ్వరుడే ఉన్నాడు. పరమేశ్వరుడు సముడు కనుక, వస్తువుల మధ్య భేదమును యోగారూఢుడు చూడడు.

అలా కాకుండా **మాయా మయ మిదం సర్వం** అని ప్రపంచాన్ని మిథ్యా రూపంగా చూచినా, ప్రపంచమే మిథ్య అయినప్పుడు, ప్రపంచం లోని ఏ వస్తువు సత్యం కాదు. అన్నీ మిథ్యా రూపాలే. మిథ్యా రూపాల మధ్య భేదాన్ని, లేదా విశేషాన్ని చూడటం బ్రహ్మదృష్టి కలవాడు చేయడు. కనుక, జ్ఞానవిజ్ఞాన తృప్తాత్ముడు, కూటస్థుడు, విజితేంద్రియుడు అయిన యోగి సమలోష్టాశ్మ కాంచనుడు. ఇక్కడ యోగి అంటే యోగారూఢుడు అనే అర్థం.

వస్తువులు, విషయాల యందే గాక, వ్యక్తుల మధ్య కూడా యోగారూఢుడు భేదమును చూడడు. అది కూడా చెబుతున్నాడు.

సుహృ న్మిత్రా ర్యుదాసీన మధ్యస్థ ద్వేష్యబన్ధుషు ।
సాధుష్వపి చ పాపేషు సమబుద్ధి ర్విశిష్యతే ॥ 9

సుహృత్-మిత్ర-అరి-ఉదాసీన-మధ్యస్థ-ద్వేష్యబంధుషు
సాధుషు-అపి-చ-పాపేషు-సమబుద్ధిః-విశిష్యతే

సుహృత్	= మంచి హృదయము గల వారి యందు	బంధుషు	= బంధువుల యందు
మిత్ర	= మిత్రుల యందు	సాధుషు	= మంచివారి యందు
అరి	= శత్రువుల యందు	పాపేషు అపి చ	= పాపుల యందు
ఉదాసీన	= తటస్థుల యందు	సమబుద్ధిః	= సమభావము గలవాడు
మధ్యస్థ	= మధ్యవర్తుల యందు	విశిష్యతే	= శ్రేష్ఠుడు
ద్వేష్య	= అప్రియుల యందు		

ఏదీ ఆశించక ఉపకారం చేసే వారి యందు, ప్రతిఫలం ఆశించి ఉపకారం చేసే వారి యందు, తటస్థంగా ఉండే వారి యందు, మధ్యస్తుల యందు, ద్వేషింప దగిన వారి యందు, ప్రేమించ దగిన వారి యందు, సాధు పురుషుల యందు, పాపాత్ముల యందు సమభావంతో ఉండేవాడు శ్రేష్ఠుడు.

వ్యాఖ్య

సంబంధాలు లేకుండా ప్రపంచంలో ఎవ్వరూ జీవించ లేరు. ఏ సంబంధ మైనా ప్రపంచానికి సంబంధించే ఉంటుంది. ప్రపంచంలో ఏ ఏ వ్యక్తులతో మనం సంబంధాలు సాగిస్తామో వారి గుణ దోషాలు పరస్పరం భిన్నంగా ఉంటాయి. ఒకరి గుణం మరొకరి కుండదు. ఒకరి దోషం అందరిలో కనిపించదు. విరుద్ధ స్వభావాలతో విభిన్న ప్రవృత్తులతో వ్యక్తులు జీవిస్తూ ఉంటారు.

విభిన్న మైన గుణ దోషాలతో ప్రవర్తించే వ్యక్తులతో కలిసి జీవించే టప్పుడు మన వైఖరిలో కూడా మార్పు గోచరిస్తూ ఉంటుంది. మన ప్రవర్తనలో కూడా భిన్నత్వం సుస్పష్టంగా తెలుస్తూ ఉంటుంది. తండ్రితో మన సంబంధము, అలాగే మన బిడ్డతో మన కుండే సంబంధం - ఈ రెండిటిని పరిశీలించి అర్థం చేసుకున్నప్పుడు రెండిటిలో భేదము అనేది ప్రవర్తనలో తెలుస్తుందే గాని రక్తంలో కాదు.

కొందరు సత్త్వగుణ ప్రధానంగా ఉంటారు. వారు సాత్త్వికులు. కొందరు రజోగుణ ప్రధానంగా ఉంటారు. వారు రాజసులు. కొందరు తమోగుణ ప్రధానంగా ఉంటారు. వారు తామసులు. ఇది గుణభేదము. ఈ గుణభేదమే స్వభావాన్ని నిర్ణయిస్తుంది. గుణాలు మారుతూ ఉంటే, స్వభావాలు మారిపోతూ ఉంటాయి. అందుచేతనే ఒకప్పుడు ప్రవర్తించినట్లు మరొకప్పుడు అదే వ్యక్తి ప్రవర్తించడు. ఈ విధమైన భిన్న ప్రవర్తనలు గుణదోష విశిష్టములు.

ఈ భేదా లన్నీ ఉపాధి స్థాయి లోనే గాని చైతన్య స్థాయిలో లేవు. ఏకమై, అఖండమై భాసిస్తున్న ఆత్మలో అగుపించవు. అట్టి ఆత్మయే తాను అని గ్రహించిన జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ము డైన యోగారూఢుడు తనను చైతన్య స్వరూపంగా దర్శించినట్లే అందరిని చైతన్య రూపులుగా, ఆత్మస్వరూపులుగా దర్శిస్తాడు. ఆ తరువాత గుణ దోష భేదాలను విస్మరించి ఆత్మ సంబంధాన్ని కొనసాగిస్తాడు. భిన్న ప్రవృత్తులు గల వ్యక్తుల మధ్య జీవిస్తున్నా, అభేద దర్శనంతో ఆనందిస్తూ ఉంటాడు. అందుచేత సమబుద్ధి గల యోగారూఢుడు సర్వులలో శ్రేష్ఠుడు, విశిష్టుడు ***(సమబుద్ధి ర్విశిష్యతే).*** యోగారూఢులలో కూడా సమబుద్ధి గల యోగారూఢుడు ఉత్తముడు అని శ్రీ శంకర భాష్యము ***(యోగారూఢానామ్ అయం ఉత్తమః ఇత్యర్థః).*** యోగారూఢుని దివ్య

దృష్టిలో అందరూ ఆత్మస్వరూపులే. ఉపాధి స్థాయిలో గుణ దోష భేదాలు, స్వభావ వైరుధ్యం వల్ల ఏర్పడిన భిన్న ప్రవృత్తులు గోచరిస్తూ ఉండినా, వాటిని చూడకుండా ఆత్మ దర్శనం చేసే మహాత్ముడే యోగారూఢుడు.

గుణాలు మనోగతాలు. జీవు లందరూ స్వరూపతః చిద్రూపులే. గుణ దోష వర్జితులే ***(స్వతః సర్వేఽపి చిద్రూపాః సర్వదోష వివర్జితాః).*** జీవులలో గోచరించే దోషాలు కేవలం ఉపాధికి సంబంధించినవే ***(జీవాః తేషాంతు యే దోషాః తత్ ఉపాధికృతా మతాః).*** అందుచేత జీవు లందరు సములే. వైషమ్యము అనేది భ్రాంతి జన్యము ***(సమా ఏవం హి అతః సర్వే వైషమ్యం భ్రాంతి సంభవమ్)*** అని శ్రీ మాధ్వ భాష్యము. ద్వైత మతాచార్యు లైన శ్రీ మధ్వాచార్యుల వారి గీతాభాష్యము.

అనాత్మ సంబంధాలు, గుణ దోష భేదాలు, భిన్న ప్రవృత్తులతో కూడిన ఉపాధులను గుర్తించకుండా, తనను కేవలం ఆత్మగా గుర్తించి గ్రహించిన యోగారూఢుడు సర్వులలో ఆత్మనే దర్శిస్తాడు. ఇక్కడ సర్వులు అంటే సర్వ మానవులు అని అర్థము. గుణ దోష భేదాలను బట్టి మానవాళిని ఈ సందర్భంలో తొమ్మిది విధాలుగా గీత పేర్కొనింది. ఆ తొమ్మిది మందిలో గుణ దోషాలను విస్మరించి, ఉపాధి భేదాలను త్యజించి, సర్వాత్మ దర్శనం చేసే యోగారూఢుని వైభవమే ప్రస్తుత శ్లోకం లోని కేంద్ర విషయము.

ఆ తొమ్మిది మంది వరుసగా సుహృత్తులు, మిత్రులు, శత్రువులు, తటస్థులు, మధ్యవర్తులు, ద్వేష్యులు, బంధువులు, సాధువులు, పాపులు - వీరే ఆ తొమ్మిది మంది. వీరిలో సుహృత్తులు, మిత్రులు సాత్త్వికులు. శత్రువుల మొదలు బంధువుల వరకు వరుసగా ఐదు మంది రాజసులు. తొమ్మిదవ వారైన పాపులు తామసికులు. ఎనిమిదవ వారైన సాధువులు శుద్ధ సాత్త్వికులు. ఈ విధంగా గుణ భేదాలతో తొమ్మిది విధాలుగా విభజింప బడిన మానవు లందరిలో ఒకే చైతన్యము భాసిస్తూ ఉంది. కేవలం దానినే దర్శించే భాగ్యవంతుడు యోగారూఢుడు.

ఈ శ్లోకం లోని పూర్వార్థాన్ని, అంటే మొదటి అర్ధ శ్లోకాన్ని ఒక సమాస పదం అన్నారు శ్రీ శంకరులు ***(సుహృదిత్యాది శ్లోకార్థమ్ ఏకం పదమ్).*** అంటే, ఈ సమాస పదంలో ఏడు మంది తెలుస్తారు. తరువాత అర్ధ శ్లోకంలో మరో ఇద్దరితో పాటు యోగారూఢుని వైభవం కీర్తింప బడుతుంది. ఈ తొమ్మిది రకాలైన మానవుల్ని, వారితో యోగారూఢుని కున్న భేదరహిత సమ సంబంధాన్ని ఒక్కొక్కటిగా అర్థం చేసుకుందాం.

(1) సుహృద్భావం

ప్రత్యుపకారమును ఆశించకుండా ఉపకారం చేసే వాడు **సుహృత్** ***(ప్రత్యుపకారం అనపేక్ష్య ఉపకార కర్తా).*** ఇదొక ఉదార స్వభావము. దైవ లక్షణం. కనుకనే తొమ్మిదవ అధ్యాయంలో **సుహృత్** తానే అని చెబుతాడు భగవంతుడు.

ప్రత్యుపకారాన్ని ఆశించకుండా తెలిసిన వారికి ఉపకారం చేయడం సుహృద్భావం క్రిందికి రాదు. ప్రత్యుపకారాన్ని అపేక్షింపక పోవడమే గాక, పూర్వము మనతో స్నేహ సంబంధాలు లేని అపరిచితులకు కూడా స్నేహ హస్తాన్ని అందించడం సుహృద్భావ మవుతుంది.

(2) మిత్ర భావం

స్నేహపాత్రుడు మిత్రుడు. మిత్రుడు అంటే స్నేహం చేసే వాడు అని అర్థము ***(మిత్రః స్నేహవాన్).*** భావ జాలంలో గాని, వస్తు సముదాయంలో గాని అవగాహనతో ఇచ్చి పుచ్చుకొనే గుణం కలవాడు మిత్రుడు. ఇది మిత్ర లక్షణము. మిత్ర లక్షణం ఆరు విధాలుగా ఉంటుంది అన్నది శాస్త్రం.

దదాతి ప్రతిగృహ్ణాతి గుహ్య మాఖ్యాతి పృచ్ఛతి
భుంక్తే, భోజయతే చైవ షడ్విధం మిత్ర లక్షణమ్ ॥

స్నేహితుడు (1) ఇస్తూ ఉంటాడు ***(దదాతి).*** (2) పుచ్చుకుంటూ ఉంటాడు ***(ప్రతిగృహ్ణాతి).*** (3)రహస్యాలు సైతం చెబుతాడు ***(గుహ్యం ఆఖ్యాతి).*** (4) అడుగుతూ ఉంటాడు ***(పృచ్ఛతి).*** (5) తింటూ ఉంటాడు ***(భుంక్తే).*** (6) తినిపిస్తూ ఉంటాడు ***(భోజయతే).*** ఈ ఆరు విధాలుగా ఉంటుంది మిత్ర లక్షణము.

(3) శత్రు భావం

'అరి' అంటే శత్రువు అని అర్థం ***(అరిః శత్రుః).*** సుహృన్మిత్రులలో కేవలం ఉపకార బుద్ధినే మనం చూశాము. కాని, శత్రువు అలాంటి వాడు కాడు. పరోక్షంగా గాని, ప్రత్యక్షంగా గాని కీడు తలపెట్టే వాడు, కీడు తప్ప మరొకటి తెలియని వాడు, మరొకటి చేయని వాడు శత్రువు. తనకు కీడు చేసిన వారికే కీడు చేస్తాడని లేదు. ఏ కీడు చేయని వారికి కూడా తన సహజ స్వభావం చేత కీడే చేస్తాడు. కనుక మేలు తెలియని తేలు లాంటి వాడు శత్రువు. శత్రుత్వానికి కారణాలు ఉండ నవసరం లేదు. స్వభావము ననుసరించి నిర్హేతుక శత్రుత్వం కూడా ఉంటుంది.

(4) తటస్థ భావం

ఎవరి పక్షము వహించక తటస్థంగా ఉండేవాడు ఉదాసీనుడు ***(న కస్యచిత్ పక్షం భజతే).*** ఇరువురి మధ్య వివాదము తలెత్తి నపుడు ఎవరి వైపూ చేరకుండా ఉండేవాడు తటస్థుడు లేదా ఉదాసీనుడు. సాక్షి మాత్రంగా ఉండేవాడు. 'మా వివాదాన్ని చూస్తున్నారు కదా! ఎవరిది తప్పో మీరే చెప్పండి' అని అడిగి నప్పుడు, సమాధానంగా మాట లేకుండా చిరునవ్వును మాత్రమే చిందించి, మరీ ఒత్తిడి చేస్తే తలను అడ్డంగా కాకుండా నిలువుగా ఊపేవాడు ఉదాసీనుడు. కేవలం ప్రేక్షక పాత్ర వహించే వాడు.

(5) మధ్యస్థం

ఇద్దరు కలహించుకొని వాద ప్రతివాదాలు సాగించే టప్పుడు వారి మధ్యలో చేరి ఉభయుల హితము కోరేవాడు మధ్యస్థుడు ***(మధ్యస్థః యః విరుద్ధయోః ఉభయోః హితైషీ).*** తటస్థునికి మధ్యస్థునికి మధ్య తేడాను నిశితంగా గుర్తుంచు కోవాలి.

ఉదాసీనుడు చూచే వాడే గాని పట్టించుకొనే వాడు కాడు. అపకారమూ చేయడు, ఉపకారమూ చేయడు. అతడే తటస్థుడు. ఎవరి పక్షము వహించడు.

మధ్యస్థుడు తటస్థుని లాగా ఉదాసీనంగా ఉండేవాడు కాడు. ఉభయుల విషయాన్ని పట్టించు కుంటాడు. ఎవ్వరికీ అపకారం చేయడు. ఉభయులకూ ఉపకారం చేస్తాడు. ఒక పక్షాన్ని ఆశ్రయించడు. ఉభయ పక్షాల వారి చేత తానే ఆశ్రయింప బడుతాడు.

(6) ద్వేష్య భావం

అప్రియమైన వాడు ద్వేష్యుడు ***(ఆత్మనః అప్రియః).*** అప్రియమైన వాక్యములను పలికే వాడు ద్వేష్యుడు. అలాగే అప్రియమైన కార్యాలు చేసే వాడు ద్వేష్యుడు. తనకు అపకారము చేసిన వారికి తిరిగి ప్రత్యపకారము చేసే ప్రవృత్తి గల వాడు ద్వేష్యుడు. ద్వేషింప దగిన వాడు అని కూడా అర్థం. తన వైపు నుండి గాని, పరుల వైపు నుండి గాని ద్వేషమునకు విషయమైన వాడు. ప్రియత్వము లోపించిన వాడు. సర్వులకు అయిష్టుడు.

(7) బంధుప్రీతి

సంబంధం కలిగిన వాడు బంధువు ***(బంధుః సంబంధి ఇతి ఏతేషు).*** సంబంధమును గుర్తించి ప్రియ మొనరించు వాడు లేదా ఉపకారము చేయు వాడు బంధువు. తన ప్రియత్వము చేత ఆసక్తిని పుట్టించి, ఆశలు రేపి, మమత్వముతో సంసార చక్రానికి బంధించే వాడు బంధువు. ఎవరి భావాల చేత ఎక్కువగా బంధింపబడి ఉంటామో అతడు మనకు బంధువు. చుట్టరికాన్ని గుర్తించి ఉపకారము చేసేవాడు.

ద్వేష్య బంధువుల తారతమ్యాన్ని కూడా వివేచించి అర్థం చేసుకోవాలి. ఒకరు చేసిన కీడును తదేకంగా చింతిస్తూ, తిరిగి కీడు చేయడానికి యత్నించే వాడు ద్వేష్యు డైతే, బంధు ప్రీతిని ఆశ్రయించి ఉపకారము చేసే వాడు బంధువు.

(8) సాధు భావం

శాస్త్రవిషయాన్ని అనుసరిస్తూ, శాస్త్రోక్త విధానంగా ప్రవర్తించే వారు సాధువులు ***(సాధుషు శాస్త్రాను వర్తిషు).*** అంటే, శాస్త్ర విహిత కర్మలను ఆచరించే వారు. ధర్మయుతంగా, ధర్మబద్ధంగా జీవించే వారు సాధువులు. ప్రాణాపాయ స్థితిలో కూడా ధర్మాచరణమును త్యజించని వారు సాధువులు. సదాచార జీవనం కలవారు. అంటే, దురాచార జీవనం తెలియని వారు. ధర్మాన్ని త్యజించరు అంటే, అధర్మాన్ని త్యజించిన వారు అని భావము. సర్వులకు ఆదర్శనీయ మైన జీవనము కలవారు. పూజార్హులు.

పూజనీయ స్థానములు కలవారు ఐదు మంది ఉన్నట్లు మనువు చెబుతాడు. వారిలో ఒకరి కంటే మరొకరు వరుసగా శ్రేష్ఠు లని చెబుతాడు. ఆ కోవలో శ్రేష్ఠతర, శ్రేష్ఠతమ స్థానాలు సాధువులకే దక్కుతాయి.

విత్తం బన్ధుః వయః కర్మ విద్యా చైవతు పంచమీ
ఏతాని మాన్య స్థానాని గరీయో హ్యుత్తరోత్తరమ్ ॥

సమాజంలో సంపద గల వానిని అందరూ సన్మానిస్తారు. అతని కన్నా బంధువు పూజనీయుడుగా ఉంటాడు. ఆ తరువాత వయస్సును బట్టి పెద్దలు పూజనీయులుగా ఉంటారు. వీరు ముగ్గురు శ్రేష్ఠులుగా గౌరవింప బడుతారు. సత్కర్మల ద్వారా శోభించే పుణ్యాత్ములు శ్రేష్ఠతరులుగా తెలుస్తూ ఉంటే, పుణ్య కర్మలతో పాటు జ్ఞానము కలిగిన పండితులు లేదా సాధువులు శ్రేష్ఠతములుగా తెలుస్తారు. ఈ విధంగా పూజాస్థానాలకు ఉత్తరోత్తర శ్రేష్ఠత్వము చెప్పబడింది. చివరి రెండు స్థానాలలో సాధువే సన్మానితుడు.

పాపబుద్ధి

ప్రతిషిద్ధ కర్మలను ఆచరించే వారు పాపులు. శాస్త్రము చేత నిషేధింప బడిన పాప కార్యములను ఆచరించే వారు పాపాత్ములు ***(పాపేషు ప్రతిషిద్ధ కర్మకారిషు).*** దురాచారవంతులు. దుర్మార్గరతులు. సాధువుల ప్రవర్తనకు వ్యతిరిక్త మైన ప్రవర్తన కలవారు.

ఇంతవరకు మనం చూచిన ఈ తొమ్మిది రకాలైన మానవుల యందు ***(సర్వేషు ఏతేషు)*** సమబుద్ధి గల వాడే శ్రేష్ఠుడు. అతడే విశిష్టు డైన యోగారూఢుడు. కర్మ చేసే వాడు ఎవడు? చేస్తున్న కర్మ ఏమిటి? ***(కః కర్తా, కిం కర్మా?)*** అనే సంబంధము తెలియని బుద్ధి గల వాడు విశిష్టుడుగా ఉన్నాడు ***(సమబుద్ధిః విశిష్యతే).***

ఈ శ్లోకాంతము నందున్న ***విశిష్యతే*** అనే క్రియా పదానికి ***విముచ్యతే*** అనే పాఠాంతరము కూడా ఉంది.

సమబుద్ధి ర్విముచ్యతే - అనే వాక్యములో ***సమబుద్ధిః*** అనేది ప్రథమా విభక్తి చివర గల విశేషణ పదము.

సమబుద్ధిః అంటే సర్వత్ర, సదా సమరూపు డైన బ్రహ్మమును మాత్రమే గ్రహించునట్టి బుద్ధి **(బుద్ధిః)** కలవాడు అని అర్థం. అలా సమరూప జ్ఞానము కలవాడు **సమబుద్ధిః** అట్టివాడు **విముచ్యతే** విముక్తిని పొందుచున్నాడు అని అర్థం. పాఠాంతరాన్ని గ్రహిస్తే ఇలా అర్థం చేసుకోవలసి వస్తుంది.

ఇట్టి సమబుద్ధి కలిగిన యోగారూఢ స్థితి ప్రాప్తించడానికి, దాని యొక్క ఫలితాన్ని అందుకోవడానికి చేయవలసింది ఏమిటో తరువాత శ్లోకంలో చెబుతున్నాడు.

యోగీ యుఞ్జీత సతత మాత్మానం రహసి స్థితః ।
ఏకాకీ యతచిత్తాత్మా నిరాశీ రపరిగ్రహః ॥ 10

యోగీ-యుంజీత-సతతం-ఆత్మానం-రహసి-స్థితః
ఏకాకీ-యతచిత్తాత్మా-నిరాశీః-అపరిగ్రహః

యోగీ	= యోగి	నిరాశీః	= ఆశ లేనివాడు
రహసి	= ఏకాంత ప్రదేశమున	అపరిగ్రహః	= అన్యుల నుండి ఏదీ గ్రహించని వాడు
స్థితః	= ఉన్నవాడై	సతతం	= నిరంతరము
ఏకాకీ	= ఒంటరి వాడై	ఆత్మానం	= తనను
యతచిత్తాత్మా	= వశీకృతమైన దేహేంద్రియాదులు గలవాడు	యుంజీత	= ధ్యాననిష్ఠ యందు ఉంచుకోవాలి

యోగనిష్ఠుడు ఏకాంతంలో ఉంటాడు. ఒంటరిగా ఉంటాడు. దేహ మనస్సులను అదుపులో ఉంచుకొని ఉంటాడు. ఆశలు లేకుండా ఉంటాడు. ఇతరుల నుండి దేనినీ స్వీకరించడు. నిరంతరము మనస్సును ఆత్మ యందే లగ్నం చేసి ఉంటాడు.

వ్యాఖ్య

యోగ సాధనకు ప్రయత్నించే ఆరురుక్షువును గూర్చి, యోగము నందు స్థిరపడిన యోగారూఢుని గూర్చి ఇంతవరకు తెలుసుకున్నాం. యోగారూఢుడు పొందే ఫలం మోక్షమే అని కూడా గ్రహించాము. మనం కూడా యోగారూఢులమై మోక్ష ఫలాన్ని అందుకోవాలి. అట్టి ముక్తి ఫలం ప్రాప్తించ డానికి ***(అతః ఉక్త ఫలం ప్రాప్తయే)*** మనం ఆచరించ వలసిన అంతరంగ సాధనము అనే ధ్యానయోగాన్ని ఈ శ్లోకం నుండి సాంగోపాంగముగ వివరిస్తున్నాడు.

మన మెవరమో మనకు తెలియడం లేదు. మన మేమిటో మనకు అర్థం కావడం లేదు. చిరునామాను మరచి పోయాం. ఆనవాళ్ళను పోగొట్టుకున్నాం. మన నుండి మనం చాలా దూరం పారిపోయాం. తిరిగి రాలేక పోతున్నాం. దారి కానక, దిక్కు తోచక సంసారారణ్యంలో పరిభ్రమిస్తున్నాం. కామారణ్యంలో తిరిగి తిరిగి అలసిపోయాం. చివరికి చింతలపాళెంలో కాపురం పెట్టాం. మనసుకు ఊరట లేదు. హృదయంలో ఆనందం ఊరడం లేదు. కనుక, ఈ అశాంతి జీవనానికి చెల్లు వ్రాసి, ప్రశాంత జీవనానికి మరొక ఇల్లు వెతుక్కుంటూ ఉన్నాం. అదే ధ్యాన సదనం. అంతరంగ సాధన సౌధం. ఇక్కడే దానికి ప్రవేశ ద్వారము. సాధకా! సాగిపో! లోనికి చేరిపో! అని ఆదేశిస్తున్నట్లు భగవానుడు ***యోగీ*** అని సంబోధిస్తూ శ్లోకాన్ని ప్రారంభిస్తున్నాడు.

ఇది పదవ శ్లోకం. ***యోగీ యుంజీత సతతం ఆత్మానం*** - యోగివియై, ధ్యానయోగివియై అంతఃకరణమును ఏకాగ్రంగా ఉంచుకో అంటూ ధ్యానయోగాన్ని ఇక్కడ ప్రారంభించి, ముప్పై రెండవ శ్లోకం వద్ద ***స యోగీ పరమో మతః*** - అట్టి ధ్యానయోగి శ్రేష్ఠు డని నా అభిప్రాయము, అతడు నాకు పరమ ఇష్టుడు అంటూ భగవానుడు ధ్యానయోగాన్ని పూర్ణరూపంతో సమాప్తం చేస్తాడు. ఈ మధ్య లోని ఇరవై మూడు శ్లోకాలలో

ధ్యానాభ్యాసమును వివిధ కోణాల నుండి విశిష్టంగా వివరిస్తాడు. ఇదంతా యోగికి సంబంధించిన విషయమే గాని యోగారూఢునికి సంబంధించింది కాదు. అందుచేత, ***యోగీ*** అనే శబ్దంతో శ్లోకం ప్రారంభ మవుతూ ఉంది.

యోగీ అంటే ధ్యానం చేస్తున్న సాధకుడు అని అర్థం ***(ధ్యాయీ).*** ధ్యానయోగి ఏకాంత ప్రదేశము నందు ఉంటూ ***(రహసి స్థితః),*** ఏకాకిగా ఉంటూ ***(ఏకాకీ),*** దేహేంద్రియ మనస్సులను వశ పరచుకొని ***(యత చిత్తాత్మా),*** ఆశలను విడిచిన వాడై ***(నిరాశీః),*** వస్తు సంగ్రహము లేనివాడై ***(అపరిగ్రహః),*** మనస్సును సదా ఏకాగ్రంగా ఉండునట్లు చూసుకోవాలి ***(సతతం ఆత్మానం యుంజీత)*** అంటూ ధ్యానయోగ ప్రక్రియను ప్రారంభించాడు గీతాచార్యుడు.

నిరంతరాభ్యాసం

మనస్సును నిరంతరం ఏకాగ్రంగా ఉండేటట్లు ధ్యానయోగి జాగరూకుడై ఉండాలి అంటూ ధ్యాన విధానానికి ఇక్కడ శ్రీకారం చుట్టడం జరిగింది. ***సతతం*** అంటే ఎల్లప్పుడు అని అర్థము. సదా, సర్వదా ఏకాగ్రంగా ఉండాలి అని భావము. అంటే, నిరంతరం ధ్యానం చేయడం ఎవరికైనా సాధ్యమా? కాదు. కనుక, ***సతతం*** అంటే, ఎంత ఎక్కువ కాలం చేయ గలిగితే అంత ఎక్కువ కాలం చేయాలి అని అర్థము. ఎంత కాలం చేశాము అనే దాని కన్నా ఎలా చేశాము అనేదే ధ్యానంలో ముఖ్య విషయం. దీనిని పతంజలి మహర్షి తమ యోగదర్శనంలో అద్భుతంగా నిర్వచించారు.

సూ ॥ స తు దీర్ఘకాల నైరన్తర్య సత్కారా సేవితో దృఢభూమిః !

అభ్యాసము ఏదో అది ***(స తు)*** ఎక్కువ కాలము చేయాలి ***(దీర్ఘకాల).*** నిరంతరము నిరాటంకంగా చేయాలి ***(నైరన్తర్య).*** సత్కారముల చేత, లేదా ఆదరము చేత ***(సత్కార)*** సేవింపబడాలి ***(ఆసేవితః).*** అప్పుడే అభ్యాసము దృఢ మవుతుంది ***(దృఢ భూమిః)*** అని పతంజలి యోగదర్శనము - సమాధి పాదంలో పద్నాల్గవ సూత్రము.

అభ్యాసము అనేది (1) ఎక్కువ కాలము చేసినపుడే సిద్ధిస్తుంది. అది కూడా ఎప్పుడో మనకు తీరినపుడు కాకుండా, (2) నిరంతరము, నిరభ్యంతరంగా జరగాలి. వాటితో పాటు (3) శ్రద్ధ, బ్రహ్మచర్యము, సత్యము, అహింస మొదలైన సత్కారములు సేవింప బడుతూ ఉండాలి. మహర్షి పతంజలి సూచించిన ఈ మూడు విషయాలకు ఉపలక్షణంగా, ***సతతం*** అని మూడు అక్షరాలతో ముచ్చటగా పలికాడు గీతాచార్యుడు.

ఇక్కడ పతంజలి యోగసూత్రంలో సత్కారము అంటే ఆదరము అని భోజవృత్తి వ్యాఖ్యానించింది. ***ఆదరః*** అంటే మన్నన, లేదా పూజ్యభావము అని అర్థము. ఇక్కడ ఆరాధనా దృక్పథమే ఆదర శబ్దార్థము. అదే ఈశ్వరారాధనము లేదా ఈశ్వరునిపై పూజ్య భావము. కనుక దీర్ఘకాల నైరంతర్యాలతో పాటు ***సత్కారా సేవితః*** అంటూ ఆదర భావమును తెలియ చేసి, ఏ సాధన సిద్ధించాలన్నా ఈశ్వర కృప ఉండి తీరాలి. అప్పుడే సాధన ఫలప్రద మవుతుంది అని పతంజలి కూడా భావించాడు. అంతేకాదు, ఈశ్వర ధ్యానం లేదా ఈశ్వరారాధనం మూలం గానే యోగం ఫలిస్తుందని పతంజలి సూత్రీకరించాడు కూడా ***(సూ॥ ఈశ్వర ప్రణిధానాద్వా*** *- 1 - 23).* ***ప్రణిధానాత్*** అనే పదానికి ***భక్తి విశేషాత్*** అని భాష్యం అర్థం చెప్పింది. దీనిని బట్టి భక్తి లేనిదే యోగం సిద్ధించదు అని అర్థమవుతూ ఉంది.

ధ్యానయోగానికి మొదట ప్రదేశమును నిర్ణయించుకోవాలి.

ఏకాంత ప్రదేశము

ధ్యానయోగి రహస్య ప్రదేశము నందు ధ్యానమును అభ్యసించాలి ***(రహసి స్థితః).*** రహస్య ప్రదేశము అంటే ఏకాంత ప్రదేశము అని అర్థము ***(రహసి ఏకాన్తే).*** ధ్యానానికి అవరోధము కలిగించని, ప్రతిబంధకాలని సృష్టించని ప్రదేశంగా ఉండాలి. అది కూడా ఉత్తేజ పరచేదిగా, ధ్యానాసక్తిని కలిగించేదిగా ఉంటే మంచిది. శ్రీశంకరుల వారు తమ భాష్యంలో ఏకాంత ప్రదేశము అంటే, పర్వత ప్రదేశాలు మొదలైనవి అన్నారు ***(రహసి ఏకాన్తే గిరి గుహాదౌ స్థితః సన్).***

పర్వతాల వంటి ఎత్తైన ప్రదేశాలు ధ్యానానికి అనుకూలంగా ఉంటాయి. గిరి శిఖరాలు చాలా ఉపయుక్తంగా చెప్పబడ్డాయి. భూతలానికి, సముద్ర మట్టానికి ఉన్నతమైన ప్రదేశాలను ధ్యానానికి అనుకూల ప్రదేశాలుగా ఎందుకు చెబుతా రంటే, ఎత్తైన ప్రదేశాలలో విద్యుదయస్కాంత ప్రభావము ఎక్కువగా ఉంటుంది. అలాగే సముద్ర తీరాలలో, ఎక్కువగా జల ప్రవాహము గల నదీ తీరాలలో కూడా ఉంటుంది. శాస్త్రీయమైన ఈ విషయాలన్నీ ఋషులు అర్థం చేసుకున్నారు. పరమేశ్వరుడు భగవద్గీతను అనుగ్రహించక ముందే, ఉపనిషద్రుషులు ఇవన్నీ ఆచరణలో ఉంచుకున్నారు. అంతేకాదు, ఆకాశం మేఘావృతమై ఉన్న వాతావరణంలో ఉత్పన్నమయ్యే శక్తివంతమైన విద్యుత్ తరంగాలు ధ్యానానికి పుష్టిని కల్పిస్తాయి. అలాగే సూర్యగ్రహణ, చంద్రగ్రహణాది కాలాలు కూడా గొప్పగా సహకరిస్తాయి. ఇవన్నీ నిరంతరం ప్రాప్తించేవి కావు. కాని ధ్యానం నిరంతరం సాగాలి. కాకపోతే, ఇవి కూడా తెలిసి ఉంటే, ఆయా సమయాలలో వినియోగించు కుంటారనే ఉద్దేశ్యంతో సందర్భాన్ని పురస్కరించుకొని తెలియ చేశాను. అంతే.

ఈ విధమైన అనుకూల ప్రదేశాలు అందరికీ అంతటా లభించవు. ప్రదేశాలు అనుకూలంగా లేవు అని ధ్యానాన్ని విస్మరించ కూడదు. ఉన్న ప్రదేశాన్నే అనుకూలంగా మార్చుకోవాలి. గృహం లోనే ఒక గదిని ధ్యానానికి అనుకూలంగా తీర్చి దిద్దుకోవాలి. ఆ గదిలో టి.విలు, వార్తా పత్రికలు కాకుండా, మహాత్ముల చిత్రపటాలు, దేవతామూర్తుల విగ్రహాలు పెట్టుకుంటే ధ్యానస్ఫూర్తి కలుగుతుంది. సాంకేతికంగా అభివృద్ధి చెంది ఉన్న ఈ రోజుల్లో పర్వతాలు, అరణ్యాలు, నదీ తీరాలు ఉన్న అందమైన వర్ణ చిత్రాలను రూపొందించుకొని గది గోడలకు అమర్చుకోవచ్చు. అలా చేయడం చేత, మనం ఆయా ప్రదేశాలలో ఉన్నట్లు అనుభూతి కలుగుతుంది. చాలు. ముఖ్యంగా ఇవన్నీ ధ్యాన స్ఫూర్తికి సహకరిస్తాయే గాని, కేవలం వీటి వల్లనే ధ్యానం జరగదు. వాతావరణంలో ఏకాంతం ఉంటే సరిపోదు. ధ్యానం చేసేవాడు ***(ధ్యాయీ)*** కూడా ఏకాకిగా ఉండాలి.

ఏకాకీ

ఏకాకి అంటే ఒంటరి వాడు. ఒక్కడే ఉన్నవాడు. మరొకడు ప్రక్కన లేనివాడు. ఆచార్యుల వారు ***ఏకాకీ*** అంటే ఎవ్వరూ సహాయంగా లేనివాడు అని వ్యాఖ్యానించారు ***(ఏకాకీ అసహాయః).*** సహాయం చేసే వారు లేరు అంటే, ధ్యానానికి ఎవరి సహాయము అవసరం లేదు అని అర్థము.

ధ్యానం అనేది కేవలం వ్యక్తిగతమైన విషయం. మానస వ్యాపారము. కేవలం మనకు భగవంతుడికి మధ్య నడిచే వ్యాపారము కాని వ్యాపారము. ఇలాంటి వ్యవహారంలో మరొకరు ఎలా సహాయం చేస్తారు? చేశారు అంటే, లేదా చేసే ప్రయత్నం సాగించారు అంటే ధ్యానానికి విఘ్నం కల్పించారనే అర్థము.

సహాయకుడు లేకుండా ఉండటము అంటే స్నేహితులను ప్రక్కన పెట్టుకొని ధ్యానం చేయవద్దని సూచన. ఒకవేళ స్నేహితుడు ఉంటే మంచిదని, ఇద్దరూ కలిసి చక్కగా ధ్యానం చేసుకోవచ్చు అని కొందరి లాగా నీవూ భావిస్తావేమో నని, భగవంతుడు ముందే హెచ్చరించాడు *(6 - 5).* నీకు నీవే బంధువు. నీకు నీవే

శత్రువు అని సూచించాడు. ధ్యానయోగి ఒంటరిగా ధ్యానం చేయడమే మంచిది. స్వామీ! దంపతులు కలిసి ధ్యానం చేయవచ్చా? అని కొందరు అడుగుతూ ఉంటారు. మీరు మరోలా భావించకపోతే వద్దు అనేదే నా సమాధానం. ***ఏకస్తపో ద్విరధ్యాయీ*** అన్నది శాస్త్రం. తపస్సు ఒక్కడే చేయాలి. అధ్యయనానికి రెండవ వారు ఉండటం మంచిది.

ముప్ఫై సంవత్సరాల క్రితం మాట. నా ప్రవచనాల చేత ప్రభావితుడైన ఒక గ్రామ మునసబు, ఊరి పొలిమేరలో ఉన్న ఆయన తోట లోకి వెళ్ళి ధ్యానం చేసేవాడు. ఆయన పెద్ద రైతు కూడా. రోజూ ధ్యానానికి తోట కెళ్ళే టప్పుడు ఆయన దగ్గర పని చేసే తలారి ధ్యానాసనాన్ని చుట్టుకొని చంకలో పెట్టుకొని ఆయన వెంట వెళ్ళేవాడు. తోటలో ఎత్తైన ప్రదేశంలో ధ్యానాసనాన్ని తలారి పరచిన తరువాత, మునసబు గారు ఆ తలారితో తోట విషయాలు, వ్యవసాయానికి సంబంధించిన విషయా లన్నీ చక్కగా చర్చించే వారు. ధ్యానం అలా సమాప్త మయ్యేది. దర్భచాపను చుట్టుకొని తలారి ఆయనను వెంబడించి వచ్చే వాడు. సహాయకుడు లేనివాడు అని ఆచార్యుల వారి వ్యాఖ్యానము జ్ఞాపకం వచ్చినప్పు డల్లా, నా మనస్సులో తలారిని వెంట పెట్టుకొని గ్రామ మునసబు గారు పోతూ ఉంటారు.

ధ్యానం చేయాలి అనుకోవడం కష్టం కాదు. కాని, ధ్యానం చేయడం అనుకున్నంత సులభం కాదు. సరుకులు లేకుండా వంట తయారు చెయ్యలేము. బాహ్యాభ్యంతరాలలో సానుకూల వాతావరణం లేకుండా ధ్యానమూ చెయ్యలేము. ఏకాంత ప్రదేశము ఎంత అవసరమో, ధ్యానయోగి ఏకాకిగా ధ్యానం చేయడం అంత ముఖ్యము. కేవలం ఏకాంత ప్రదేశంలో ఒంటరి వాడుగా ఉన్నంత మాత్రాన ఏకాకి అని చెప్పలేము. మనస్సులో ఏ కాకులూ, చికాకులు ప్రవేశించి గోల చేయకుండా ఉన్నప్పుడే అతడు ఏకాకి అవుతాడు. ధ్యాన సమయంలో ప్రక్కన సహాయకు లుంటే ఎంత అవరోధమో, మనస్సులో మనుషులు చేరిపోతే అంతకన్నా ఎక్కువ అవరోధము అనే సత్యాన్ని మరచి పోకూడదు. నీవు - నీ ఇష్ట దైవం తప్ప మరెవ్వరూ బాహ్యాభ్యంతరాలలో లేనపుడే ధ్యానం నిర్విఘ్నముగా సాగుతుంది. అలా జరగాలి అంటే ఏకాకి కేవలం ఏకాంతంలో ఉంటే సరిపోదు. దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులను నిగ్రహించి ఉండాలి. చిత్తాత్మలను నియమించిన వాడై ఉండాలి. యతచిత్తాత్ముడై ఉండాలి.

యత చిత్తాత్ముడు

ఇక్కడ ఆత్మ అంటే దేహము. చిత్తము అంటే అంతఃకరణము. వాటిని నియమించిన వాడు ***యత చిత్తాత్ముడు (చిత్తమ్ అంతఃకరణం ఆత్మా దేహశ్చ సంయతౌ యస్య సః యత చిత్తాత్మా).***

యతములు అంటే నిగ్రహింప బడినవి. దేహ మనస్సులు నియమింపబడి నపుడే ధ్యానం నిరాటంకంగా సాగుతుంది. ఆసన, ప్రాణాయామాదుల ద్వారా, మున్ముందు చెప్పబోయే ఆహార నియమాదుల ద్వారా దేహాన్ని అధీనంలో ఉంచు కోవాలి. దేహము నిగ్రహింప బడిన తరువాత, విషయాల మీదికి పోకుండా ఇంద్రియాలను నియమించాలి. అదెలాగో ముందే మనం విస్తరించి చెప్పుకున్నాం.

మనిషి కేక వేస్తే మనకు వినిపిస్తుంది. దానిని మనం ఆపలేము. కాని, కంటికి కనిపించే దృశ్యము జడమే అయినా, అది ఇంద్రియాలను కలవర పరచి మనస్సును కుదుట పడకుండా చేస్తుంది. అందుకే, ధ్యానంలో మనం కళ్ళు మూస్తాం. కనీసం దృశ్య వర్గం యొక్క ప్రభావం మనపై పడకుండా జాగ్రత్త పడతాము.

అయస్కాంతము ఇనుప ముక్కను ఆకర్షించినట్లు, విషయాలు ఇంద్రియాల ద్వారా మనస్సును ఆకర్షిస్తాయి. విషయములు అయస్కాంతం లాగా శక్తివంతంగా ఉంటాయి. మనస్సు అయస్సు అవుతుంది. అయస్సు అంటే ఇనుము అని అర్థము.

మనస్సు ఏక కాలంలో రెండు విషయాలను చింతించ లేదు. ఒకే కాలంలో రెండిటిని సంకల్పించడం గాని, రెండిటిని చింతించడం గాని, రెండిటిని నిర్ణయించడం గాని సాధ్యపడదు. ప్రపంచాన్ని, పరమేశ్వరుని ఇరువురిని ఏక కాలంలో స్మరించడం మనస్సుకు సాధ్యపడే విషయం కాదు. కనుక ఏదో ఒక దానిని విస్మరించాలి. ధ్యాన సమయంలో ధ్యేయ రూపుడైన పరమేశ్వరుని ఎలా విస్మరిస్తాం? విస్మరిస్తే ఇక ధ్యానం ఎందుకు? కనుక ప్రపంచాన్ని విస్మరించాలి. పరమేశ్వరుణ్ణే ధ్యానంలో స్మరించాలి.

ఇంద్రియాలను ఇంద్రియ విషయాల వైపు మరలకుండా నియమించిన తరువాత, విషయాల వైపు పయనించ లేని ఇంద్రియాలు, అడ్డగింప బడిన జల ప్రవాహము వెనుకకు మరలినట్లు, చిత్తము వైపుకు వెను దిరుగుతాయి. చిత్తాకారమునే పొందుతాయి.

ఈ దశలో, అంటే ఇంద్రియాలకు విషయాలతో సంబంధము తెగి పోయిన దశలో చిత్తానికి కూడా విషయ సంబంధము నివారింప బడుతుంది. కాకపోతే, ఇక్కడే పెద్ద అవరోధం ఉంది. ధ్యానయోగి జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి. ఇంద్రియాలు విషయాల నుండి విరమించి చిత్తాకారమును పొందినంత మాత్రాన మనో నిగ్రహం జరిగిందని భావించ కూడదు. ఇంద్రియాలు చలించకుండా చిత్తంలో కుదుటపడి ఉండొచ్చు. కాని, మనస్సు స్మృతి ప్రేరణ చేత, పూర్వానుభవాలను జ్ఞాపకం చేసుకొని, విషయ సుఖాలలో రమించాలని భావించవచ్చు. అదే జరిగితే, భటులు ప్రభువును అనుసరించునట్లు ఇంద్రియాలు మనస్సును అనుసరిస్తూ పునః విషయ ప్రపంచంలో ప్రవేశిస్తాయి. కనుక మనోనిగ్రహము అవసరము. కాని, ఇక్కడ మనస్సు, బుద్ధి, అనకుండా చిత్తమును నియమించాలి అనడంలో గంభీరమైన భావం ఉంది.

అంతఃకరణ చతుష్టయంలో సంకల్ప వికల్పాలతో కూడిన ఆలోచనలు చేసేది మనస్సు అయితే, నిశ్చయించేది బుద్ధి అవుతుంది. బుద్ధి నిశ్చయించడానికి గత అనుభవాలకు సంబంధించిన జ్ఞాపకాలను అందించి సహకరించేది చిత్తము ***(చింతన కర్తృ చిత్తమ్).*** స్మృతు లన్నీ చిత్తము లోనే భద్ర పరచబడి ఉంటాయి.

ధ్యానం చేయాలి అనే ఆసక్తి మనకు ఉంది. ధ్యానం చేయాలి అనే కోరిక కూడా మనలో ప్రగాఢంగా ఉంది. లేకపోతే, ధ్యానం చేయాలని ఎందుకు ప్రయత్నిస్తాము? కాకపోతే, ధ్యానం చేయాలి అనే కోరిక ఒక్కటే కాదు, మరెన్నో కోరికలు కూడా మనలో ఉన్నాయి. అవి అలా ఉండటం వెనుక వాటికి సంబంధించిన అనుభవాలు చిత్తంలో సిద్ధంగా ఉన్నాయి. ఎప్పటి నుండో అవి అలా ఉంటూ ఉన్నాయి. అవి ప్రేరేపించి నపుడు, దృఢమైన అనుభవ సహితమైన ఆ కోరికలను ఎదిరించి, ఇప్పుడే మొలకెత్తిన ధ్యాన వాంఛ నిలబడ లేదు. అంతే, మనస్సు విజృంభించి బాహ్య విషయాల వైపు పరుగు లెత్తుతుంది.

కనుక, ఇంద్రియాలను మనం నియమించినా, చిత్తములో నిక్షిప్త మైన అనుభవ సంస్కారాలు ధ్యానానికి విఘ్నము కల్పించే ప్రమాదము ఉన్నందున, దేహేంద్రియాలతో పాటు చిత్తాన్ని ముఖ్యంగా నియమించాలి అంటున్నాడు. ధ్యానంలో చిత్తమే ప్రధానమైంది. చిత్తము శివుని మీదనే ఉండాలి.

విషయాన్ ధ్యాయత శ్చిత్తం విషయేషు విషజ్జతే
మామనుస్మరత శ్చిత్తం మయ్యేవ ప్రవిలీయతే ॥

విషయాలను స్మరించే చిత్తము విషయ ప్రపంచం లోనే ఉంటుంది. నన్ను నిరంతరము స్మరించే చిత్తము నా యందే ఉంటుంది అని శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ భాగవతంలో ఉద్ధవునికి చెబుతాడు.

మనం ధ్యానమగ్నుల మైనపుడు మన మనస్సులో అనివార్యంగా ఒక యుద్ధం సాగుతూనే ఉంటుంది. ధ్యానం చెయ్యాలని ఒక వైపు మనం ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాము. చిత్త వాసనలు మరో వైపు విషయ సుఖానుభవానికి

ప్రేరేపిస్తూ ఉంటాయి. ఈ ప్రేరణ చేత మనస్సు మళ్ళీ మళ్ళీ బహిర్ముఖ మవుతూ ఉంటుంది. అలా బహిర్ముఖ మయ్యే మనస్సును అవగాహనతో దారి మరల్చి పదే పదే అంతర్ముఖం చేస్తూ ఉండాలి. ఇది కూడా ధ్యానంలో ఒక భాగమే. ఇవన్నీ ముమ్ముందు భగవంతుడు చెప్పబోతాడు. అభ్యాసం చేత చిత్తాన్ని నియమిస్తూ పోవాలి. అప్పుడే ధ్యానం సాగుతుంది. ఈ విధంగా దేహాన్ని, చిత్తాన్ని ఎవడైతే నియమించి ధ్యానాన్ని కొనసాగిస్తాడో అతడే యతచిత్తాత్ముడు. ధ్యానయోగికి అవసరమైన మరొక లక్షణం ఆశలు అణగారి ఉండటం.

నిరాశీ

నిరాశీ అంటే కోరికలు లేనివాడు ***(నిరాశీః వీత తృష్ణః).*** ఆశ లేనివాడు. అంటే, నిరాశావాది కాదు. ఏ ఆశ కదిలినా, చివరికి మిగిలేది నిరాశే అని గ్రహించిన వాడు. నిరాశలను పంచే, నిస్పృహలను దించే ఆశల వలలో చిక్కకుండా పరమానందమును పొందుటకు దేనిని ఆశ్రయించాలో దాని వైపు దృష్టి పెట్టిన పరమ ఆశావాదియే ఇక్కడ ***నిరాశీ***గా తెలుస్తున్నాడు.

ఆశ ఏదైనా భవిష్యత్తుకు సంబంధించింది గానే ఉంటుంది. రేపు ఎలా సాగుతుందో! ఇప్పుడున్న ఇబ్బంది ఎప్పుడు ఆగుతుందో! అదే మవుతుందో! ఇదెలా ఉంటుందో! రావలసింది వస్తుందో రాదో! పోవలసింది పోతుందో లేదో! ఇలాంటి భవిష్యత్తుకు సంబంధించిన ఊహలను పని గట్టుకొని వడిపేవి ఆశలే. ఆశల పందిరి క్రింద కూర్చుని, ఊహల లోకాలలో విహరించే మనస్సు ధ్యానం చెయ్యలేదు. విషయ సుఖానుభవానికి పరితపిస్తూ, ఆశల పల్లకీ నెక్కి విహరించే దేశ దిమ్మరి ధ్యానయోగి కాలేడు. మనిషికి దేనిపై ఆశ ఉంటుందో మనస్సు దాని వైపే పయనిస్తుంది. ప్రపంచాన్ని ఆశించే మనస్సు ప్రపంచం వెంటబడి పోతుందే గాని, పరమాత్మలో నిలిచి ధ్యానం చేస్తుందా? కనుక ఆశ ఉండటం నేరం కాదు. ప్రతి మనిషిలో ఉన్నదంతా ఆశే. ఆశకు ఆశించడమే తెలుసు. దేనిని ఆశించాలి అనేది మనం నిర్ణయించాలి. ప్రపంచాన్ని ఆశించడం కాకుండా పరమేశ్వరుణ్ణి ఆశించేటట్లు మనస్సుకు అవగాహన కల్పించాలి. అప్పుడు ఆశ ఆదిదేవుని వైపు నడుస్తుంది. ప్రపంచం విషయంలో మనస్సుకు నైరాశ్యం కలుగుతుంది. అట్టి నైరాశ్యము నిండిన మనస్సు గల పుణ్యాత్ముడే నిరాశి.

చరణము : తోడు నీడ నాకు లేదు - ఆశ ఒక్కటే నాకు తోడు
సుందరమైన నిన్ను వలచి - ఆశ కూడా నన్ను విడిచే
పల్లవి : అద్వైతామృత ఆనంద ప్రియ!
అగణిత గుణ గణ సుందరశివ!
సుందర శివ! సుందరేశ శివ! - అంటూ ఆశ లుడిగిన మనస్సు శివుని పాదాల చెంత ఆశను సమర్పించి చైతన్య గీతికను ఆలపించింది.

ఆశ లేని వాడు దేనిని అందుకుంటాడు, దేనిని దాచుకుంటాడు? హృదయంలో దాగిన వాణ్ణి పట్టుకోవాలి అంటే, దాచుకునే గుణాన్ని విడిచి పెట్టాలి. అదే అపరిగ్రహము అనే మరో లక్షణము.

అపరిగ్రహము

ప్రియముతో వస్తువులను సముపార్జించుకోవడం పరిగ్రహము. అట్టి గుణము లేకుండా ఉండటము అపరిగ్రహము ***(పరిగ్రహ రహితః).*** కొందరిలో సంగ్రహ బుద్ధి అధికంగా ఉంటుంది. అలాంటి వారు అదే పనిగ వస్తువులను సంగ్రహించుకుంటూ ఉంటారు. వస్తు సంచయము పెరిగే కొద్ది మనస్సులో కలవరం అధిక మవుతుంది.

ప్రియ మైనవి అనుకొని ప్రోగు చేసుకున్నవి ఉంచుకోవడానికే గాని పోగొట్టుకోడానికి కాదు. రాబట్టుకున్న వాటిని పోగొట్టుకోవడం ఎవరి కైనా బాధే. మరి పోకుండా ఉండేవి ఈ ప్రపంచంలో ఏమున్నాయి?

సంగ్రహించు కోవడం, సంరక్షించు కోవడం, సంతాపం చెందడము, ఇదే కదా సంగ్రహ చరిత్ర. సంతాపానికి గురయ్యే మనస్సు సంతోషంగా ధ్యానం చేయ గలుగుతుందా? కనుక సంగ్రహించుకోవడం తప్పు కాదు. దేనిని సంగ్రహించు కోవాలి అనేదే తెలియాలి. అనిత్య మైన వస్తు సముదాయాన్ని సంగ్రహించుకోవడం కాకుండా, నిత్యమైన జ్ఞానాన్ని, ఆత్మజ్ఞానాన్ని సముపార్జించు కోవడానికి యత్నించాలి. ఏది వచ్చినా ఈ ప్రపంచంలో పోయేందుకే వస్తుంది. వచ్చి పోనిది జ్ఞాన మొక్కటే. జ్ఞానం విషయంలో పరిగ్రహము ఉండాలి. వస్తు సముపార్జనములో అపరిగ్రహం ఉండాలి.

ఆఖ్యాయిక

సోక్రటీస్ మహాశయుడు గొప్ప తాత్వికుడు. సరళమైన, సున్నితమైన, మితమైన, హితమైన జీవితాన్ని సాగించే వాడు. పాదరక్షలు కూడా లేకుండా నడిచే వాడు.

ఒకనాడు చాలా విలువైన వస్తువులను విక్రయానికి ఉంచిన వస్తు ప్రదర్శనశాలలో, వాటిని పరిశీలిస్తూ నడుస్తున్న సోక్రటీస్‌ను అతని స్నేహితుడు చూచి ఆశ్చర్య పోయాడు. తన కళ్ళను తానే నమ్మలేక పోయాడు.

'సోక్రటీస్! నువ్వేమిటి ఇక్కడ? ఆశ్చర్యంగా ఉందే!' అన్నాడు స్నేహితుడు. 'నిజమే. నాకూ ఆశ్చర్యం గానే ఉంది. నేనే కాదు, ఇంత మంది ఇక్కడ ఎందుకున్నారో తెలియటం లేదు.

నేను నాలుగు రోజుల నుండి ప్రతిరోజు ఇక్కడికి వస్తున్నాను. ఇక్కడున్న వస్తువుల నన్నిటినీ చూస్తున్నాను. పరీక్షించి మరీ చూస్తున్నాను. ఏవేవి లేకుండా నేను అమితానందంతో ఉన్నానో తెలుసుకో వడానికి ఇక్కడికి రోజూ వస్తున్నాను. ఇక్కడున్న వాటిలో ఏ ఒక్కటి కూడా నా వద్ద లేదు. అయినా నా ఆనందంలో ఏనాడు నేను కొరతను, వెలితిని చూడలేదు' అన్నాడు సోక్రటీస్.

బ్రతుకు ఆనందంగా సాగడానికి ఏవేవి కావాలో తెలుసుకోవడం కాకుండా, ఏవేవి అవసరాలు కావో అర్థం చేసుకోవడమే నిజమైన జ్ఞానము.

అపరిగ్రహము అనేది సామాన్యమైన విషయం కాదు. అపరిగ్రహము అనే లక్షణమును కేవలం వస్తు పరిగ్రహము అనే కోణం నుండే కాకుండా, తాత్విక దృక్కోణం నుండి కూడా చూడాలి. ఈ విషయాన్ని పతంజలి మహర్షి కాస్త లోతుగా అవలోకించాడు.

సూ॥ అపరిగ్రహ స్థైర్యే జన్మ కథన్తా సంబోధః ॥

అపరిగ్రహము నందు స్థైర్యము ఏర్పడ గానే *(అపరిగ్రహ స్థైర్యే)* జన్మ వృత్తాంతానికి సంబంధించిన జ్ఞానము కలుగుతుంది *(జన్మ కథన్తా సంబోధః)* అన్నాడు యోగ దర్శనము - సాధన పాదము ముప్పై తొమ్మిదవ సూత్రంలో మహర్షి పతంజలి.

ఈ సూత్రం మీద వ్యాసుల వారు వ్యాఖ్యానిస్తూ, అపరిగ్రహము నందు స్థిరత్వమును సాధించిన యోగి తన పూర్వాపర జన్మలను గురించే గాక, ఇతరుల పూర్వాపర జన్మలను గూర్చి కూడా తెలుసుకుంటాడు అన్నారు. ఇది చాలా ఆసక్తికర మైన విషయము. అపరిగ్రహానికి, జన్మ వృత్తాంతానికి ఏమిటి సంబంధం? అనే ప్రశ్న ఎవరి కైనా ఉదయిస్తుంది. భోజ నరేంద్రుడు రచించిన భోజవృత్తి ఈ విషయాన్ని విస్పష్టం చేస్తూ విశదీకరిస్తుంది.

పరిగ్రహము అనేది కేవలం వస్తువులను గ్రహించడమే కాదు. శరీర పరిగ్రహము కూడా పరిగ్రహము క్రిందికే వస్తుంది అని ఆయన అభిప్రాయ పడ్డారు. దీనిని బట్టి శరీర పరిగ్రహము ఉన్నంత కాలము దేహంపై రాగము ఏర్పడుతూనే ఉండటం చేత, జ్ఞానోత్పత్తికి అవకాశం ఉండదు. కనుక, శరీర పరిగ్రహము విషయంలో నిరాసక్తంగా ఉండ గలిగితే, దేహాసక్తి క్షీణిస్తుంది. దేహ పరిగ్రహము నశిస్తుంది. ఉత్తర జన్మలు నిరోధింప బడుతాయి. ఆత్మజ్ఞానానికి హేతువైన జన్మాంతర విషయ జ్ఞానము కలుగుతుంది అని భోజవృత్తి.

ఇంతవరకు మనం విశ్లేషించుకున్న ఏకాంత ప్రదేశము, ఏకాకీ జీవనము, చిత్తాత్మ నియమము, నైరాశ్యము, అపరిగ్రహము అనే ఐదు లక్షణాలను కలిగిన ధ్యానయోగి **(యోగీ ధ్యాయీ)** నిరంతరము అంతః కరణమును ఏకాగ్రంగా ఉంచుకోవాలి **(సర్వదా అంతఃకరణమ్ యుంజీత).**

ఇక, ధ్యాన యోగాభ్యాసాన్ని ఉపదేశిస్తున్నాడు. ముందుగా ఆసన విశేషం చెబుతున్నాడు.

శుచౌ దేశే ప్రతిష్ఠాప్య స్థిర మాసన మాత్మనః ।
నాత్యుచ్ఛ్రితం నాతినీచం చైలాజిన కుశోత్తరమ్ ॥ 11
తత్రైకాగ్రం మనః కృత్వా యతచిత్తేన్ద్రియక్రియః ।
ఉపవి శ్యాసనే యుఞ్జ్యా ద్యోగ మాత్మ విశుద్ధయే ॥ 12

శుచౌ-దేశే-ప్రతిష్ఠాప్య-స్థిరం-ఆసనం-ఆత్మనః
న-అత్యు చ్ఛ్రితం-న-అతినీచం-చైలాజిన కుశోత్తరం
తత్ర-ఏకాగ్రం-మనః-కృత్వా-యతచిత్తేంద్రియక్రియః
ఉపవిశ్య-ఆసనే-యుంజ్యాత్-యోగం-ఆత్మవిశుద్ధయే

శుచౌ	= శుద్ధమైన	ఆసనే	= ఆసనముపై
దేశే	= ప్రదేశము నందు	ఉపవిశ్య	= కూర్చుండి
న అత్యుచ్ఛ్రితం	= మిక్కిలి ఎత్తు గానిది	యతచిత్తేంద్రియ క్రియః	= ఇంద్రియ మనోవ్యాపారములను నియమించి
న అతినీచం	= మిక్కిలి పల్లముగా ఉండనిది		
చైలాజినకుశోత్తరం	= క్రింద దర్భాసనము, దానిపై జింక చర్మము, ఆ పైన వస్త్రము గలది	మనః	= మనస్సును
		ఏకాగ్రం	= ఏకాగ్రముగా
స్థిరం	= స్థిరమైనది	కృత్వా	= చేసి
ఆత్మనః	= తన కొరకు	ఆత్మ విశుద్ధయే	= చిత్తశుద్ధి కొరకు
ఆసనం	= ఆసనమును	యోగం	= ఆత్మధ్యానమును
ప్రతిష్ఠాప్య	= వేసికొని	యుంజ్యాత్	= అభ్యసించాలి
తత్ర	= ఆ		

మరీ ఎత్తు కాకుండా, మరీ లోతు కాకుండా ఉండే పరిశుభ్రమైన ప్రదేశములో, క్రింద దర్భచాప, దాని పైన జింక చర్మము, ఆ పైన వస్త్రమును పరచిన ఆసనమును వేసుకొని, ఆ ఆసనంపై కూర్చొని, మనస్సును నిగ్రహించి, ఇంద్రియ వ్యాపారాలను నియమించి, అంతఃకరణ శుద్ధి కొరకు ధ్యానయోగాన్ని అభ్యసించాలి.

వ్యాఖ్య

ధ్యానాభ్యాసానికి ముందు మనస్సును ఎలా ఏకాగ్రంగా ఉంచుకోవాలో విపులంగా విశ్లేషించుకున్నాం. ఇక ఆ తరువాత, ధ్యానయోగాన్ని అభ్యసించే సాధకుని ఆసనం ఎలా ఉండాలి? ఆసనంపై ఎలా ఆసీనుడు

కావాలి? ఆహార విహారాదుల యందు ఎలాంటి నియమాలు పాటించాలి? ఇవన్నీ చెప్పవలసి ఉంది. వాటితో పాటు యోగము ప్రాప్తించిన వాని లక్షణము, ధ్యానయోగ ఫలము ఇవన్నీ తెలుసుకోవలసి ఉంది. వీటిలో ముందుగా ధ్యానాసనాన్ని గూర్చి చెబుతున్నాడు.

ఆసన స్థితి - ఆసన సిద్ధి

ఆస్యతే అస్మిన్ - అనే వ్యుత్పత్తిని బట్టి, ఆసనం చెప్ప బడుతూ ఉంది. దేని యందు కూర్చోవడం జరుగుతుందో, అది ఆసనము. ఆసనము నందు సాధకుడు కూర్చొనే విధానము కూడా ఆసనమే కదా! కనుక ఏ ఆసనం మీద కూర్చుంటాడు? ఏ ఆసనంలో కూర్చుంటాడు? అనే రెండు విషయాలు ఉన్నాయి. ఈ రెండు విషయాలు 'ఆసనం' అనే ఒక్క పదం చేత చెప్పబడు తున్నాయి. దాని కన్నా ముందుగా ధ్యాన యోగాభ్యాసానికి ఆసనాన్ని ఎక్కడ ఏర్పరచు కోవాలి? అని ప్రశ్నించుకొని, పరిశుద్ధ మైన ప్రదేశంలో ప్రతిష్ఠించు కోవాలి అని చెబుతున్నాడు.

ధ్యానం చేసే ప్రదేశము పరిశుద్ధంగా, పవిత్రంగా ఉండాలి ***(శుచౌ దేశే).*** శుచి అంటే శుభ్రత. ***శుచౌదేశే*** అంటే పరిశుద్ధమైన ప్రదేశము అని అర్థము. ఏ విధమైన కాలుష్యము లేని ప్రదేశము అని భావము. వాతావరణ కాలుష్యము, శబ్ద కాలుష్యము లేకుండా ఉండే ప్రదేశము. శబ్ద కాలుష్యము కూడా ఉండ కూడదు అంటే, ఆ ప్రదేశము నిర్జన ప్రదేశంగా ఉంటే మంచిది. ఇలాంటి వివిక్త ప్రదేశము సహజం గానే ఉండ వచ్చు. అలాంటి ప్రదేశము లభించ నపుడు ప్రయత్నం చేత ప్రదేశాన్ని సంస్కరించుకోవచ్చు ***(వివిక్తే స్వభావతః సంస్కారతః వా).***

నదీతీరాలు, పర్వతప్రదేశాలు, సముద్రతీరాలు, వనప్రదేశాలు సహజం గానే పరిశుద్ధంగా ఉండి అభ్యాసానికి అనుకూలంగా ఉంటాయి. అలాంటి ప్రదేశాలు లభ్యం కానపుడు మార్జన ప్రోక్షణాది క్రియల ద్వారా, అంటే చిమ్మడము, నీళ్ళు చల్లడము వంటి క్రియల ద్వారా ప్రదేశాన్ని శుద్ధి చేసుకోవాలి. పరిశుద్ధత లోపించిన ప్రదేశంలో ధ్యానం పవిత్రంగా సాగదు.

పరిశుద్ధమైన ప్రదేశంలో స్థిరమైన ఆసనాన్ని ఏర్పరచు కోవాలి ***(స్థిర మాసనమ్).*** ఆసనం స్థిరంగా ఉండటము అంటే చలించకుండా ఉండటము అని అర్థం. కదిలే ఆసనంపై కూర్చున్న వాని మనస్సు కదలకుండా ఉంటుందా? కదిలే మనస్సు ధ్యాన మేమి చేస్తుంది? కనుక ఆసనం చలించ కుండా ఉండాలి. అంటే దేనిపై యోగి ఆసీనమై ఉన్నాడో అది కదల కుండా ఉండాలి. దానితో పాటు తాను ఏ ఆసనంలో కూర్చుని ఉన్నాడో, ఆ ఆసనంలో కూడా కదలకుండా కూర్చోవాలి.

ముందుగా యోగి ఎలాంటి ఆసనంపై కూర్చోవాలో తెలుసుకుందాం. చైలాజిన కుశోత్తర మైన ఆసనాన్ని ముందుగా అమర్చుకోవాలి ***(చైలాజిన కుశోత్తరం ఆసనం ప్రతిష్ఠాప్య).*** చైలాజిన కుశోత్తరమ్ అనే సమాసంలో చైలము అంటే చేలము, మెత్తని వస్త్రము. అజినము అంటే చర్మము. గృహస్థులైతే లేడి చర్మము, సన్యాసు లైతే వ్యాఘ్ర చర్మము. కుశలు అంటే దర్భలు. ఈ మూడు ఒక దానిపై మరొకటి ఉంచిన చైలాజిన కుశోత్తర మైన ఆసనాన్ని ఏర్పరచుకోవాలి.

పాఠ క్రమాన్ని బట్టి చూస్తే ముందు వస్త్రము, వస్త్రంపై చర్మము, చర్మముపై దర్భలు పరచుకొని కూర్చోవాలి అనిపిస్తుంది. కాని, ఇక్కడ పాఠ క్రమాన్ని కాకుండా విపరీత క్రమాన్ని గ్రహించాలి. అంటే ముందుగా దర్భచాపను, దానిపై చర్మమును, దాని పైన మెత్తటి వస్త్రాన్ని పరచు కోవాలి ***(పాఠక్రమాత్ విపరీతః అత్ర క్రమః).***

భూమి మీద దర్భచాపను పరచు కోవడం వల్ల భూస్పర్శ నివారింప బడటమే గాక, తడి కాకుండా

ఉంటుంది. భూమిపై తేమ లేదా చెమ్మ ఉన్నా అది అవరోధం కాకుండా దర్భలు పీల్చుకుంటాయి. దర్భచాప పై ఉన్న చర్మము వెచ్చదనాన్ని కలిగిస్తుంది. దురద, జిల లాంటివి ఇబ్బంది పెట్టకుండా మెత్తటి వస్త్రము సహకరిస్తుంది. ఆసనాన్ని ఈ విధంగా విశుద్ధమైన విజన ప్రదేశంలో ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. ఆ ప్రదేశం కూడా మరీ ఎత్తైనది కాకుండా, అలాగని మరీ పల్లం కాకుండా చూసుకోవాలి ***(నాత్యుచ్ఛ్రితం నాతి నీచం, న అతీవ ఉచ్ఛ్రితం, న అతి నీచం).***

ఎత్తైన ప్రదేశము మీద, అరుగు మీద, లేదా బండ మీద కూర్చుని ధ్యానం చేసే టప్పుడు, ప్రమాద వశాత్తు నిద్ర ముంచు కొస్తే తూగి క్రిందపడి పోవచ్చు. మరీ పల్లవ ప్రదేశాలలో కూర్చుంటే క్రిమికీటకాదులు ప్రాకే పరిస్థితిని నిరాకరించ లేము. మరీ లోతైన ప్రదేశా లైతే ప్రాణవాయువు సరిగా అందదు. దానితో పాటు వాత ప్రకోపాదులు చెలరేగి కీళ్ళ నొప్పులు కూడా రావచ్చు. అందుచేత మరీ ఎత్తైన ప్రదేశము కాకుండా, మరీ పల్ల ప్రదేశాలు, లోతైన గుంటలు కాకుండా సమతలంగా ఉండేటట్లు చూసుకోవాలి. ఈ విధంగా ఆసనాన్ని అమర్చుకొనిన తరువాత దానిపై కూర్చుని యోగాభ్యాసం ప్రారంభించాలి.

ధ్యానం నడుస్తూ చెయ్యవచ్చా, కూర్చొనే చెయ్యాలా? లేక పడుకొని చెయ్యొచ్చా? ఎగురుతూ చెయ్యొచ్చా? ఇంకా కొందరైతే, పనులు చేసుకుంటూ చెయ్యవచ్చా? అని కూడా అడుగుతూ ఉంటారు. అలాంటి వారు పని చేస్తారో, ధ్యానం చేస్తారో వారికే తెలియాలి. ధ్యానం కూర్చొనే చెయ్యాలి. ఇంతవరకు మనం చూచినట్లు, ఆసనాన్ని అమర్చు కొనిన తరువాత, దానిపై కూర్చొని ధ్యానం అభ్యసించాలి ***(తత్ర అస్మిన్ ఆసనే ఉపవిశ్య యోగమ్ యుంజ్యాత్).***

కూర్చొని చెయ్యాలి అనగానే ఏ ఆసనంలో కూర్చుని చెయ్యాలి? అనే ప్రశ్న ఉత్పన్న మవుతుంది. సిద్ధాసనమా, పద్మాసనమా, భద్రాసనమా, స్వస్తికాసనమా? అనే సంశయాలు కదుల్తాయి.

ఈ విషయాన్ని కాస్త జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి. ఏ ఆసనం మీద కూర్చున్నా, ఏ ఆసనంలో కూర్చున్నా, ఎలా కూర్చున్నా ధ్యానం నిరాటంకంగా, అప్రతిహతంగా ప్రవాహ రూపంలో సాగటమే ప్రధానము అనే విషయాన్ని ధ్యానయోగి మరచి పోకూడదు. ఒక ప్రత్యేకమైన ఆసనం లోనే కూర్చోవాలి అని నిర్ణయించుకొని, అది అసాధ్యంగా పరిణమించి నపుడు, ఆయాస పడుతూ, ఆవేదన చెందుతూ హఠం వేసి కూర్చోవడం మంచిది కాదు.

స్థిర మాసనమ్ - ఆసనంలో స్థిరత్వమే ప్రధాన మని భగవంతుడు చెప్పినందున అనాయాసంగా, అలసట తెలియకుండా ఉండే ఆసనములో కూర్చోవడమే శ్రేయస్కరము. అందుచేత గీతాచార్యుడు ఉపదేశించిన ***స్థిరమ్ ఆసనమ్*** అనే రెండు పదముల నడుమ పతంజలి మహర్షి సుఖాన్ని చొప్పించి ఆసనాన్ని నిర్ణయించాడు.

స్థిర సుఖ మాసనమ్ - ఆసనము స్థిరము గాను, సుఖం గాను ఉండాలి అని పాతంజల యోగ దర్శనం - సాధన పాదము లోని నలభై ఆరవ సూత్రంలో మహర్షి తెలియ చేశాడు. సుఖంగా ఆసన స్థిరత్వము కలగడమే ప్రధాన మని దీనిని బట్టి తెలుస్తూ ఉంది.

ఏ ఆసనంలో కూర్చున్నాము అనేది కాకుండా మనం కూర్చున్న ఆసనంలో సుఖంగా ఉన్నామా, లేదా? అనేది ప్రధానంగా చూసుకోవాలి. మనస్సు అంగీకరిస్తేనే ఒక ఆసనంలో ఎక్కువ కాలం కూర్చోవాలి. మనస్సు అంగీకరించ నపుడు, అలసట చెందుతూ ఆయాస పడే టప్పుడు అదే ఆసనంలో కొనసాగడం మంచిది కాదు.

ఆసన స్థైర్యానికి, అంటే ఆసన స్థిరత్వానికి అనేక ఉపాయాలు ఉన్నాయి. కాకపోతే, ఎవరికి వారుగా వీటిని ఆచరిస్తే, ఫలితం అనుకూలం గానే ఉంటుందని మాత్రం చెప్పలేము. కనుకనే యోగ ధ్యానాది విషయాలు గురువు లేకుండా ఫలప్రదం కావు.

యోగాభ్యాసం చేసేవారు ***అనంత సమాపత్తిని*** అనుసరిస్తూ అభ్యసించి కూడా ఆసన స్థిరత్వాన్ని పొందుతారు. తాను ఏ మాత్రము చలించక, తన వేయి పడగలపై భూమిని మోయుచున్న ఆదిశేషునిపై మనస్సును లగ్నం చేసి కూర్చుంటే ఆసన స్థిరత్వము ఏర్పడుతుంది. ఈ వాస్తవాన్ని కేవలం విషయ ప్రధానంగా కాకుండా, అనుభవ యుక్తంగా నేను చెబుతున్నాను. ఈ విధంగా చాలా కాలం క్రితం అనంతునిపై నేను సాగించిన యోగావధానము నాకు ఆసన స్థిరత్వాన్ని అనుగ్రహించింది. గంటల తరబడి చలించకుండా కూర్చోవడం, అలా కూర్చొని గంటల తరబడి ప్రసంగించడం నాకు అనంత సమాపత్తి సాధన అనుగ్రహించిన ఫలమే అని నా విశ్వాసము. అలాగని, ఇది అందరికీ ఉపకరిస్తుందని నేను చెప్పలేను.

ఆసన స్థిరత్వము వచ్చిందని ఎలా తెలుస్తుంది? ఆసన సిద్ధి కలిగి నపుడే తెలుస్తుంది. ఆసన సిద్ధి అంటే ఏమిటి? అదెలా గ్రహించాలి? ఒక వ్యక్తి ఒకే ఆసనంలో సుఖంగా, స్థిరంగా, ముహూర్త కాలం కూర్చో గలిగితే అతనికి ఆసన సిద్ధి ప్రాప్తించింది అని అర్థము. ముహూర్త కాలము అంటే నలభై ఎనిమిది నిమిషములు. ఆ మాత్రం సిద్ధించడాన్ని ఆసన సిద్ధి అంటారు. ఆసనమును స్థిర పరచుకొనిన యోగి ఏమి చేయాలి? యోగం చేయాలి ***(యోగం యుంజ్యాత్).*** పరమేశ్వర ధ్యానాన్ని అభ్యసించాలి.

ధ్యానయోగాన్ని దేని కొరకు ఆచరించాలి? దాని ప్రయోజనం ఏమిటి? అంతఃకరణ శుద్ధి కొరకు ధ్యానం అభ్యసించాలి ***(ఆత్మ విశుద్ధయే).*** అంతఃకరణ శుద్ధ్యర్థమే ధ్యాన యోగాభ్యాసము. జ్ఞాన విజ్ఞాన తృప్తాత్ముడై తరించా లనుకొనే వాడు ఆచార్యుడు అందించే జ్ఞానాన్ని అందుకొనుటకు అంతఃకరణలో ఏయే విధమైన అవరోధా లున్నాయో, అట్టి ప్రతిబంధకాలను నివృత్తి చేయడానికి ధ్యానయోగము అద్భుతమైన సాధన. మరి, ఇప్పుడేమి చేయాలి?

తక్షణ కర్తవ్యం

ఆసనానికి సంబంధించిన అన్ని విషయాలను కూలంకషంగా గ్రహించాము కనుక, ఆసనం మీద ఆసీనులమై ధ్యాన యోగాభ్యాసం చేయాలి. ఎలా చేయాలి? మనస్సును శబ్దాది విషయాల నుండి మరలించి, ఏకాగ్రంగా నిలిపి ***(సర్వ విషయేభ్యః ఉపసంహృత్య ఏకాగ్రం మనః కృత్వా)*** చిత్తము యొక్క, ఇంద్రియాల యొక్క వ్యాపారాలను అరికట్టి ***(యత చిత్తేన్ద్రియ క్రియః)*** ధ్యాన యోగాన్ని ఆచరించాలి ***(యోగం యుంజ్యాత్).*** ఎలా ఆచరించాలో పరంపరగా ఇక చెబుతాడు.

బాహ్యానికి సంబంధించిన ఆసనాన్ని గూర్చి విపులంగా, వివరంగా తెలుసుకున్నాం. మరి, ఆసనం మీద శరీరాన్ని ఏ విధంగా ఉంచుకోవాలి? చెబుతున్నాడు.

సమం కాయశిరోగ్రీవం ధారయ న్నచలం స్థిరః ।
సమ్ప్రేక్ష్య నాసికాగ్రం స్వం దిశ శ్చానవలోకయన్ ॥ 13
ప్రశాన్తాత్మా విగతభీ ర్బ్రహ్మచారివ్రతే స్థితః ।
మనః సంయమ్య మచ్చిత్తో యుక్త ఆసీత మత్పరః ॥ 14

సమం-కాయశిరోగ్రీవం-ధారయన్-అచలం-స్థిరః
సంప్రేక్ష్య-నాసికాగ్రం-స్వం-దిశః-చ-అనవలోకయన్

ప్రశాంతాత్మా-విగతభీః-బ్రహ్మచారి వ్రతే-స్థితః
మనః-సంయమ్య-మచ్చిత్తః-యుక్తః-ఆసీత-మత్పరః

యుక్తః	= యోగయుక్తుడు	సంప్రేక్ష్య	= చూస్తూ
కాయశిరోగ్రీవం	= దేహమును, శిరమును, కంఠమును	మనః	= మనస్సును
అచలం	= కదలకుండ	సంయమ్య	= నిగ్రహించి
సమం	= సమంగా	ప్రశాంతాత్మా	= ప్రశాంత చిత్తుడై
ధారయన్	= నిలిపి	విగతభీః	= భయము లేనివాడై
స్థిరః	= స్థిరంగా ఉండి	బ్రహ్మచారివ్రతే	= బ్రహ్మచర్య వ్రతము నందు
దిశఃచ	= దిక్కులను	స్థితః	= ఉండి
అనవలోకయన్	= చూడని వాడై	మచ్చిత్తః	= నా యందే చిత్తమును నిలిపి
స్వం	= తన	మత్పరః	= నా భక్తుడై
నాసికాగ్రం	= ముక్కు కొనను	ఆసీత	= కూర్చోవాలి

శరీరమును, శిరస్సును, కంఠమును సమంగా, కదలకుండా నిలిపి, దిక్కులు చూడకుండా స్థిరంగా ఉండి, ముక్కు చివరి భాగాన దృష్టి నిలిపి, ప్రశాంతమైన మనస్సు కలిగి, భయమును విడిచిపెట్టి, బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటిస్తూ, మనస్సును వశ పరచుకొని, చిత్తమును నా యందే ఉంచి, నేనే పరమగతిగా భావిస్తూ ధ్యానమగ్నుడై కూర్చోవాలి.

వ్యాఖ్య

ఏ సాధనలో అయినా, సాధన సామగ్రిని సిద్ధం చేసుకోకుండా ప్రగతిని సాధించడం సాధ్య పడదు. ఇది చాలా ప్రధానమైన విషయము. ఈ విషయంలో ఆధ్యాత్మిక సాధనలు విలక్షణంగా లేవు. ధ్యానం మరీ విశిష్టంగా ఉంటుంది. ధ్యానం చేయడం కన్నా, ధ్యానానికి మనల్ని మనం సిద్ధం చేసుకోవడానికే ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. ధ్యానానికి అవసరమైన వాటిని సిద్ధం చేసుకోకుండా ధ్యానం చేసి సాధించేది ఉండదు. వంట చెఱకును, వంటకు కావలసిన పదార్థాలను సిద్ధం చేసుకొని వంట చేయడానికే సమయం ఎక్కువ పడుతుంది. వంట తయారైన తరువాత భోంచేసి ఆకలి తీర్చుకోవడానికి ఎంత సమయం కావాలి? ధ్యానాన్ని కూడా అలాగే అర్థం చేసుకోవాలి.

అన్నీ సక్రమంగా ఉండి, ఏ ఒక్క లంకెను విడవ కుండా క్రమబద్ధంగా ధ్యాన మార్గంలో ప్రయాణము సాగిస్తే, ధ్యానం సోపానక్రమంగా, నెమ్మదిగా ప్రగతి పథంలో సాగి అద్భుత ఫలితాలను అందిస్తుంది.

ధ్యానాన్ని ఒక ప్రక్రియగా కాకుండా, జీవితంలో భాగంగా చూడాలి. జీవితంలో జరిగేవే ధ్యానంలో జరుగుతాయి. బాల్యం నుండి యౌవన దశకు మనం ఎలా చేరామో, అలా చేరడము ఎన్ని విషయాల మీద ఆధారపడి ఉండిందో, అలా చేరడానికి ఎంత సమయం పట్టిందో మనకు తెలుసు. విధాయక చర్య లన్నీ అలాగే ఉంటాయి.

బీజము వృక్ష మెలా అయింది? అలా కావడానికి ముందు ఎంత ప్రయత్నం జరిగింది? అలా జరిగి నపుడే ప్రయత్నాలు ఫలప్రద మవుతాయి. ధ్యానాసనం విషయం లోనే మన మెంత గానో విశ్లేషించుకున్నాం. ఆసనమే కదా అనుకుంటారు చాలా మంది. కాని, అది అష్టాంగ యోగములో మూడవది అనే విషయాన్ని మరచి పోతారు. యమ నియమాలు సిద్ధించిన తరువాతే మూడవ స్థానంలో ఆసనం వస్తుంది. ఆసనం మీద కూర్చుని ***(ఉపవిశ్య)*** ధ్యానాభ్యాసాన్ని ప్రారంభించ మన్నాడు. కూర్చుని ధ్యానం చెయ్యమన్నాడు అంటే, ఎలా

పడితే అలా కూర్చుని, ఇష్ట మొచ్చినట్లు చేయమని కాదు కదా! దానికీ విధి విధానా లున్నాయి. విధిని అనుసరించి నపుడే విధి సిద్ధిస్తుంది. విధిని విస్మరించి చేసేది చేయనిదే అవుతుంది అన్నది శాస్త్రం ***(అవిధినా కృతం అకృతం)***.

ఆసన స్థైర్యము

ఆసనాన్ని సిద్ధం చేసుకున్న తరువాత, శరీరాన్ని ఆసనం మీద ఎలా నిలబెట్టుకోవాలో చెబుతున్నాడు. శరీరాన్ని, శిరస్సును, కంఠాన్ని సమంగా ఉంచాలి ***(సమం కాయ శిరోగ్రీవం)***. వంగకుండా, నిటారుగా నిలబెట్టాలి. కాయము అంటే శరీరము యొక్క మధ్య భాగము. అంటే, మొల పై భాగము నుండి కంఠము వరకు ఉండేది కాయము. కాయము అంగి అయితే, కాళ్ళు, చేతులు అంగములు.

కనుక, కాయమును, కంఠమును, శిరస్సును వంకర లేకుండా ఋజువుగా ఉంచాలి. అలా ఉంచిన తరువాత ధ్యానాభ్యాస కాలంలో చలనము లేకుండా ఉండాలి. మధ్యన లేచి తిరుగకూడదు. చలించకుండా ఉండాలి ***(అచలం)***. అలా చలించకుండా ఆసనంపై ఆసీన మైనా, దేహము అటూ ఇటూ ఊగే అవకాశం లేకపోలేదు. అది కూడా లేకుండా స్థిరంగా కూర్చోవాలి ***(స్థిరః)***. ఆ తరువాత తన ముక్కు చివరి భాగాన్ని చూస్తూ ఉండాలి ***(స్వం నాసికాగ్రం సంప్రేక్ష్య సమ్యక్ ప్రేక్షణం దర్శనం కృత్వా)***. అటు ఇటు దిక్కులు చూడ కూడదు. మధ్య మధ్యన కళ్ళు తెరచి అటూ ఇటూ చూడ కూడదు ***(దిశః చ అనవలోకయన్)***.

తన నాసికాగ్రాన్ని, అంటే ముక్కు చివర చూడటము అనే విషయాన్ని స్పష్టంగా అర్థం చేసుకోవాలి. ధ్యానంలో దృష్టి ఎక్కడ నిలపాలి? అనే విషయంలో రెండు అభిప్రాయాలు ఉన్నాయి. ఇవి ఉపనిషత్తులలో ఉన్నాయి. గీతలో కూడా కనిపిస్తాయి. దృష్టిని నాసికాగ్రంపై ఉంచాలి అనేది ఒక అభిప్రాయం. భ్రూమధ్యంలో నిలపాలి ***(భ్రువోర్మధ్యే)*** అనేది మరొక అభిప్రాయం.

ప్రస్తుత శ్లోకంలో నాసికాగ్రాన్ని సూచించడం జరిగింది. అయిదవ అధ్యాయం లోను *(5 - 27)*, అలాగే ఎనిమిదవ అధ్యాయం లోను *(8 - 10)* భ్రూమధ్యాన్ని పేర్కొనడం జరిగింది. నాసికాగ్రంపై చూడట మెందుకు? దృష్టిని నాసికాగ్రంపై ఉంచడం వల్ల లయ విక్షేప దోషాలు తొలగుతాయి అని వారి వాదన. అది ఎలా?

కళ్ళు తెరచి ధ్యానం చేస్తే, కంటికి విషయాలైన దృశ్యాలు విక్షేపాన్ని కలిగించి అవధానాన్ని భగ్నం చేస్తాయని, కళ్ళు మూసి ధ్యానం చేస్తే, ప్రమాదవశాత్తు నిద్ర ముంచుకొచ్చి మనస్సు లయిస్తుందని, ఈ రెండూ సంభవించకుండా ఉండాలి అంటే, కళ్ళను సగము మూయడమే సముచిత మని వారి నిర్ణయము. కళ్ళను సగం మూస్తే నాసికాగ్రాన్ని చూచినట్లు ఉంటుంది అనేది వారి వాదన.

మరి భ్రూమధ్యము మాటేమిటి? భ్రూమధ్యము అంటే నాసికాగ్రమే అని వేరొక వాదము. అదెలా గంటే, ముక్కు చివరి భాగాన్ని మొదలుగా స్వీకరిస్తే, కనుబొమల మధ్య ప్రదేశము నాసికాగ్రం అవుతుంది అనేది వారి అవగాహన. ఇదంతా నాసికాగ్రం మీద దృష్టి పెట్టడ మంటే ఏమిటో అర్థం కాకపోవడం వల్ల ఏర్పడిన గందరగోళమే.

కంటికి విషయమైన ఏ రూపమును కూడా ధ్యాన సమయంలో దర్శింప కూడదు అనే విషయాన్ని స్పష్టం చేయడానికే నాసికాగ్రం అని చెప్పడం జరిగింది గాని, కేవలం నాసికాగ్ర దర్శనం చేయాలని కాదు. నాసికాగ్ర దర్శనమే వివక్షిత మైతే, మనస్సు నాసికాగ్రాకారాన్నే పొందుతుంది. నాసికాగ్రము నందే నిలిచి ఉంటుంది. కాని మన ధ్యేయ మేమిటి? మనస్సునకు బ్రహ్మము అవస్థానమా? లేక నాసికాగ్రము అవస్థానమా? మనస్సును ఆత్మ యందు నిలిపి కదా ధ్యానం సాగించాలి ***(ఆత్మ సంస్థం మనః కృత్వా)***?

ఈ మీమాంసను శంకర భాష్యం చక్కగా పరిహరించింది. నాసికాగ్రాన్ని దర్శించడము అంటే, దర్శించి నట్లుగా దర్శించడము అని గ్రహించాలి అన్నారు ఆచార్యులు. చూస్తున్న వాని 'వలె' అన్నారు ***(ఇవ)***. ***ఇవ శబ్దః లుప్తః ద్రష్టవ్యః*** - 'వలె' అనే శబ్దము లుప్త మని గ్రహించాలి అన్నారు. నాసికాగ్ర మైనా, భ్రూమధ్య మైనా బుద్ధిని స్థిరంగా నిలపడం కోసమే అనేది గమనార్హం. ఇకపోతే, నాసికాగ్ర మంటే భ్రూమధ్యమే అనే వాదన గాని, కళ్ళను సగం మూయడము అనే వాదన గాని, కేవలం ముక్కు చివరనే చూడాలి అనే వాదము గాని పస లేనివి. నాసికాగ్ర మైనా, భ్రూమధ్య మైనా చూస్తున్న వాని వలె ***(ఇవ)*** చూడటమే గాని, వాస్తవంగా చూడటం కాదు. అలా ఏకాగ్రమైన దృష్టిని ఆత్మ యందు ఉంచడము అనేదే ప్రధాన మైన విషయము. ఇక ధ్యానయోగి ఆంతర్యాన్ని అవలోకిద్దాం.

ప్రశాంతాత్మ

ఇక్కడ ఆత్మ అంటే అంతఃకరణము అని అర్థము. ఎవరి అంతఃకరణము రాగద్వేషాల నుండి విడిపడి శాంతించి ఉందో, అట్టి అంతఃకరణము శాంతాత్మ. 'ప్ర' అనే ఉపసర్గ చేరడం చేత, ప్రకర్ష మైన శాంతి, అనగా అతిశయించిన శాంతి అని అర్థము ***(ప్రకర్షేణ శాన్తః ఆత్మా ప్రశాన్తాత్మా)***. కర్మయోగం ద్వారా లభించిన ప్రసన్నతే ఇక్కడ ప్రశాంతతగా పేర్కొన బడింది. ధ్యానానికి ముందు మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండాలి. ధ్యాన ఫలంగా శుద్ధిపడిన అంతఃకరణములో జ్ఞానవృత్తి చేత ఏర్పడే శాంతి స్వరూపశాంతి.

నిర్భయాత్మ

భయం లేనివాడు నిర్భయాత్మ. భయాన్ని పోగొట్టుకున్న వాడు ***(విగతభీః)***. ధ్యాన సమయంలో భయం చోటు చేసుకోకూడదు. ధ్యానంలో భయ మెందు కొస్తుంది? మనస్సు ఉండటం చేత. ధ్యానం చేసే మనస్సులో ఎన్నో ధ్యాసలు ఉంటాయి. పుట్టలో నుండి పాములు పైకి లేచినట్లు, ధ్యాన సమయంలో పూర్వ వాసనా జనిత ధ్యాసలు విజృంభిస్తాయి. భయాలు కదుల్తాయి.

నేను ధ్యానం చేస్తున్నాను. తరిస్తానో లేదో! నేను చేసే ధ్యానం సరియైనదో కాదో! సరియైనది కాకపోతే నేను ఏమౌతానో! సరియైనదే అయితే నేను తరించి పోతానా? అప్పుడు ఈ దేహం ఏమౌతుంది? నేను పరే తరించి పోతాను. నన్ను నమ్ముకున్న నా భార్యాబిడ్డల పరిస్థితి ఏమిటి? ఇలాంటి భయా లన్నీ బుద్ధిని కుదిపేస్తాయి. కర్మయోగంలో ఉత్తీర్ణత సాధించిన వారికి ఇలాంటి భయాలు ఉత్పన్నం కావు. ***రక్షిష్యతీతి విశ్వాసః*** - పరమేశ్వరుడు నన్ను రక్షిస్తాడు అనే విశ్వాసం వారిలో బలీయంగా ఉంటుంది కనుక, భయ రహితులై ఉంటారు. భయాలన్నీ అవిచారం లోనే పుట్టుకొస్తాయి. విచారము వల్ల వివేకము వృద్ధి చెందే కొలది, ఉన్నది ఆత్మ ఒక్కటే, రెండవది లేదు అనే సత్యము కూడా ధృవపడుతూ ఉంటుంది కనుక, ***ఉదర మంతరం కురుతే అథ తస్య భయం భవతి*** - రెండవ వస్తువు ఉండటమే భయహేతువు అనే ఉపనిషత్ప్రమాణంతో ఏకవస్తు దర్శనాన్ని అభిలషించే ధ్యానయోగి భయరహితుడై ఉంటాడు.

బ్రహ్మచర్యం

బ్రహ్మచారి అనుష్ఠించే వ్రతమును అనుసరించే వాడు బ్రహ్మచారి వ్రతస్థితుడు ***(బ్రహ్మచారి వ్రతే స్థితః)***. బ్రహ్మచర్యము, గురుశుశ్రూష, భిక్షాన్న భోజనము మొదలైనవి బ్రహ్మచర్య వ్రతం క్రిందికి వస్తాయి. బ్రహ్మచర్యమును ఉత్తమోత్తమ మైన తపస్సుగా శాస్త్రం అభివర్ణించింది.

న తప స్తప ఇత్యాహుః బ్రహ్మచర్యం తపోత్తమమ్
ఊర్ధ్వరేతా భవేద్యస్తు స దేవో న తు మానుషః ॥

బ్రహ్మచర్యమే ఉత్తమమైన తపస్సు అని చెప్ప బడింది. అట్టి బ్రహ్మచర్యమును విధిగా ఆచరించు వాడు దేవుడే కాని మనిషి కాదు అన్నది శాస్త్రం. బ్రహ్మచర్య ప్రాశస్త్యాన్ని ఉపనిషత్తులు బహుముఖంగా శ్లాఘించాయి.

ఇంద్రుడు నూట ఒక్క సంవత్సరాలు బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని పాటించిన తరువాత బ్రహ్మదేవుడు ఇంద్రునికి బ్రహ్మజ్ఞానమును బోధించినట్లు ఛాందోగ్యోపనిషత్తు చెబుతూ ఉంది. తనను ఆశ్రయించిన సుకేశాది శిష్యులు సంవత్సరం పాటు తన ఆజ్ఞ మేరకు బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని అవలంబించిన తరువాత మాత్రమే పిప్పలాద మహర్షి వారి సందేహాలను నివృత్తి చేస్తూ ఆత్మజ్ఞానాన్ని బోధించినట్లు ప్రశ్నోపనిషత్తు ప్రవచించింది.

మనస్సంయమము

బ్రహ్మచారి వ్రతాన్ని పాటించాలి అంటే సంయమన శక్తి ఉండాలి. అదే **మనస్సంయమము.** మనస్సులో విజృంభించే అనేకము లైన రాగద్వేషాది వృత్తులను ఉపసంహరించి, మనస్సును నిగ్రహించడమే మనస్సంయమము ***(మనః సంయమ్య, మనసః వృత్తీః ఉపసంహృత్య ఇత్యేతత్).***

మనస్సును ఏకాగ్రం చెయ్యాలని పన్నెండవ శ్లోకంలో చెప్పిన భగవంతుడు, రెండు శ్లోకాలు దాటే సరికి సంయమమును పాటించ మంటున్నాడు. మనస్సంయమము జరగాలి అంటే ఏకాగ్రత అవసరమై ఉంది. మనస్సంయమము జరిగిన తరువాత ఏకాగ్రత సిద్ధించే ఉంటుంది. విషయాల నుండి వృత్తులను నిరోధించి, మనస్సు నందు సంయమనము చేసిన తరువాత అట్టి మనస్సును ధ్యేయరూపు డైన పరమేశ్వరుని యందు ఉంచాలి. ప్రపంచము నుండి విడిపడిన చిత్తము పరమేశ్వరునితో ముడిపడి ఉంటుంది. ***మధురారి దవిలిన మనము మనము -*** భగవంతుని యందు లగ్నమైన చిత్తమే చిత్తము అన్నాడు ప్రహ్లాదుడు.

మధువనే రాక్షసుని వధించాడు కనుక భగవంతుడు మధురారి అయ్యాడు. మధు వంటే తియ్యనిది అని అర్థము. లేని తీపిని ఒలకబోస్తూ విషయాలు మనస్సును ఆకర్షిస్తాయి. అదే మనస్సును మధురాధిపతి యైన మాధవుని పై ఉంచగలిగితే విషయ సుడిగుండం నుండి విడిపడి పరమేశ్వరునితో కూడి ఉంటుంది. అట్టి మనసే మనస్సు అంటున్నాడు ప్రహ్లాదుడు.

ఈశ్వర బుద్ధి

మనస్సును నియమించిన యోగి తన చిత్తమును భగవంతుని యందే ఉంచుతున్నాడు. కనుకనే అతనిని 'మచ్చిత్తుడు' అంటున్నాడు గీతాచార్యుడు ***(మచ్చిత్తః మయి పరమేశ్వరే చిత్తం యస్య సః అయం మచ్చిత్తః).*** ఈ దశలో ధ్యానయోగి మనస్సు సంపూర్ణంగా భగవంతుని యందే లగ్నమై ఉంటుంది. మనస్సుకు కావలసిం దంతా ఒకే చోట ప్రాప్తించే టప్పుడు, మరొక చోటికి వెళ్ళ వలసిన అవసరం మనస్సుకు ఎందు కుంటుంది? మన కోర్కెలు, అవసరాలు, సర్వం పరమేశ్వరుని సన్నిధిలో తీరిపోతాయి అనేది నిశ్చయమైన తరువాత, మరొక వస్తువును గాని, వ్యక్తిని గాని ఆశ్రయించ వలసిన అగత్యం మనస్సుకు ఉంటుందా? అందువల్ల ధ్యానయోగి చిత్తము ఈశ్వర చిత్తంగా ఉంటుంది. అందుకే అన్నాడు ప్రహ్లాదుడు ***పురుషోత్తముని మీది బుద్ధి బుద్ధి*** అని. అతడినే 'మచ్చిత్తుడు' అని పరమేశ్వరుడు చెప్పుకుంటున్నాడు. అంతేకాదు, మచ్చిత్తు డైన వాడు 'మత్పరుడు' కావాలి అని కూడా చెబుతున్నాడు.

మత్పరుడు

పరమేశ్వరుని మించిన ధ్యేయ వస్తువు మరొకటి లేదని గ్రహించి ధ్యానమగ్ను డైన యోగిని 'మత్పరుడు' అని భగవంతుడు ప్రేమతో చెప్పుకుంటున్నాడు ***(మత్పరః అహం పరః యస్య సః అయం మత్పరః భవతి).***

మచ్చిత్తుడు, మత్పరుడు అనేవి రెండుగా చెప్పినా రెండూ ఒకటే కదా అనిపిస్తూ ఉంటుంది. ఈ సందేహం ఆచార్యుల వారికి కూడా వచ్చింది. కాని, దానిని వివరించే ప్రయత్నంలో అరుదైన రీతిలో విలక్షణంగా వ్యాఖ్యానించారు. **కశ్చిద్రాగీ స్త్రీ చిత్తః న తు స్త్రియ మేవ పరత్వేన గృహ్ణాతి** అన్నారు. ఒక కాముకుడు తన మనస్సును ఒక మగువపై పడేసు కుంటాడు. వాడి చిత్తము ఆ వనిత చుట్టే తిరుగుతూ ఉంటుంది. అంత మాత్రాన ఆవిడ సర్వోత్తమురాలు ***(పరం)*** అని భావిస్తాడా? ఒకవేళ ఆవిడ అతణ్ణి గురించి చెప్పుకుంటే, మచ్చిత్తుడు అంటుందేమో గాని మత్పరుడు అంటుందా?

'పరం' గాని విషయాలకు, వ్యక్తులకు మనం చిత్తాన్ని అర్పించు కోవచ్చు. కాని, పరమేశ్వరునికి మాత్రం అతడు పరమాత్మ యని తెలిసే చిత్తాన్ని సమర్పిస్తాము. కనుక ఒకరికి అర్పించిన చిత్తాన్ని మరొకరికి అర్పించగల మేమో గాని, పరమేశ్వరునికి సమర్పించిన చిత్తాన్ని వేరొకరికి అర్పించ లేము. మచ్చిత్తత్వానికి, మత్పరత్వానికి ఇదే తేడా. ధ్యేయరూపు డైన పరమేశ్వరుడు పరమానంద స్వరూపు డైనందువ అతడు పరుడు. ప్రియత్వములో సర్వోత్కృష్టమైన వాడు.

తదేతత్ ప్రేయః పుత్రాత్ప్రేయో విత్తాత్ప్రేయోऽన్యస్మాత్సర్వస్మా దన్తరతరం యదయమాత్మా - ఆ ఈ ఆత్మే ప్రియ మైనది. పుత్రుని కన్నను ప్రియ మైనది. విత్తము కన్నను ప్రియ మైనది. అన్యము కన్నను ప్రియ మైనది. సర్వము కన్నను ప్రియ మైనది అని పరత్వాన్ని గూర్చి ప్రవచించింది ఉపనిషత్తు.

పై మంత్రములో ***తదేతత్*** అనేది చాలా ప్రశస్త మైంది. **మత్పరః** అనేది స్పష్టంగా అర్థం కావాలి అంటే ***తదేతత్*** ఏమిటో తెలియాలి.

మచ్చిత్తః మత్పరః అని భగవంతుడు పలికిన రెండు పదాల లోను **మత్** అనేది సామాన్యంగా ఉంది. **మత్** అంటూ పరమేశ్వరుడు తనను తాను పరిచయం చేసుకుంటున్నాడు. ఇక్కడ **మత్** గా తెలుస్తున్న పరమేశ్వరుణ్ణి స్వరూపంగా అంటే, సత్యజ్ఞానానంత బ్రహ్మముగా స్వీకరిస్తే, అది నిర్గుణధ్యానం అవుతుంది. అలా కాకుండా, జగత్కారణ మైన పరమేశ్వరుడుగా గ్రహిస్తే, సగుణధ్యాన మవుతుంది. ఈ రెండిటిలో ఏ ధ్యానం చేసినా, చిత్తాన్ని సంపూర్ణంగా పరమాత్మకు సమర్పించడమే జరుగుతుంది. కనుక, **మచ్చిత్తః** అనే విషయంలో అస్పష్టతకు అవకాశము లేదు.

ఎటొచ్చి **మత్పరః** అనేదే మింగుడు పడదు. పరుడు అంటే ధ్యేయ వస్తువు. ఈశ్వరుడైతే సగుణము. బ్రహ్మము అయితే నిర్గుణము. అంత వరకు బాగుంది. ధ్యేయరూపు డైన భగవానుడు, ధ్యానం చేసే ధ్యాత కన్నా భిన్నమైన వాడా, లేక అభిన్నుడా? ఇది ముందుగా తెలియాలి. అప్పుడే యోగారూఢ స్థితి ప్రాప్తిస్తుంది.

పరుని లోనే సర్వ ప్రియత్వం ఉంది. మరి ధ్యాత ఎవరు? అతడు కూడా ఆత్మే. సర్వ ప్రియత్వం అనేది ఆత్మలో కూడా దర్శనీయమే ***(ఆత్మనస్తు కామాయ సర్వం ప్రియం భవతి).*** ఇప్పుడు పై ఉపనిషన్మంత్రాన్ని చూడండి. ***తదేతత్ ప్రేయః,*** తత్=అది, ఏతత్=ఇది, ప్రేయః=ప్రియ మైనది. సర్వ ప్రియత్వము అనేది రెండిటిలో ఉండలేదు. కనుక తత్ అన్నా, ఏతత్ అన్నా ఒక్కటే. అందుకే ***తదేతత్ -*** ఆ, ఈ ఆత్మ ప్రియ మైనది అన్నది ఉపనిషత్తు. అంటే ధ్యాతే ధ్యేయం. ధ్యేయం ధ్యాత కన్నా వేరుగా లేదు అని అర్థం. ఇదే **మత్ - పరః = మత్పరః** అని పరమేశ్వరుడు ప్రవచించడం లోని అంతర్భావము.

ధ్యానం చేసే యోగికి ముందుగా పరత్వ మేమిటో అర్థం కావాలి. అప్పుడే ధ్యానం ఫలిస్తుంది. అది అర్థం కానపుడు, 'నేను ధ్యానం చేస్తున్నాను. నా కేమివ్వాలో భగవంతుడికే తెలుసు' అని అస్పష్ట భావాలను ప్రకటిస్తూ ఉంటాడు. నీకు ఏమి కావాలో ధ్యానం చేసే నీకు తెలియాలి. అంతేగాని భగవంతుడికి కాదు.

తనకు ఏమి కావాలో తనకే తెలియకుండా ధ్యానం చేసే వాడు, ధ్యానం చేస్తే రోగాలు పోతాయనో, భోగాలు వస్తాయనో - ఇలా ఎన్నో, ఎన్నెన్నో చెబుతాడు. ధ్యానం అనేది మోక్ష సాధనమైన జ్ఞానాన్ని పొందటానికి మనల్ని సిద్ధం చేస్తుంది అనే వాస్తవాన్ని మాత్రం పొరపాటున కూడా చెప్పడు. చెప్పలేడు. ఎందుకని? తెలియని దానిని ఎవరైనా ఎలా చెప్పగలరు! ఈ విధంగా పరమాత్మ సమాహితుడైన ధ్యానయోగి *(యుక్తః)* ధ్యానానికి ఆసీనుడు కావాలి **(ఆసీత)**.

ఈ విధంగా అనుష్ఠించిన ధ్యాన యోగానికి ఫల మేమిటో? చెబుతున్నాడు.

యుఞ్జన్నేవం సదాత్మానం యోగీ నియత మానసః ।
శాన్తిం నిర్వాణపరమాం మత్సంస్థా మధిగచ్ఛతి ॥ 15

యుంజన్-ఏవం-సదా-ఆత్మానం-యోగీ-నియతమానసః
శాంతిం-నిర్వాణపరమాం-మత్సంస్థాం-అధిగచ్ఛతి

యోగీ	= యోగి	యుంజన్	= నిలిపినవాడై
నియతమానసః	= నియమింపబడిన మనస్సు గలవాడై	నిర్వాణ పరమాం	= మోక్షమే పరమైన
సదా	= నిరంతరము	మత్సంస్థాం	= నా యందున్న
ఏవం	= ఈ రీతిగా	శాంతిం	= శాంతిని
ఆత్మానం	= తనను	అధిగచ్ఛతి	= పొందు తున్నాడు

మనస్సును నియమించిన యోగీ నిరంతరము తనను బ్రహ్మము నందే నిలిపి, ఉత్కృష్టమైన నా స్వరూపమును, శాంతిని పొందుతాడు.

వ్యాఖ్య

శాంతి స్వరూపం

మోక్ష మార్గంలో ప్రయాణం చేసే సాధకులు ఏయే మార్గాలలో చరించినా, చరిస్తున్నా, వారిని ఎక్కడైనా ఆపి, మీకు ఏం కావాలి? దేని కొరకు ఈ ప్రయాణము? అని ప్రశ్నిస్తే, అందరూ ఒక్కటే చెబుతారు. మోక్షం కావాలి అని. మోక్షం అంటే ఏమిటి? మోక్షం వల్ల మీకు ఏమి ప్రాప్తిస్తుంది? అని ప్రశ్నిస్తే, శాంతి కలుగుతుంది. పరమశాంతి ప్రాప్తిస్తుంది. నేను ఏ విధమైన అశాంతి లేకుండా శాంతితో జీవిస్తాను అంటారు. శాంతి అంటే ఏమిటి? అని గనుక ప్రశ్నిస్తే, ఇక ఆ తరువాత వచ్చే సమాధానా లన్నీ అశాంతి సదనానికి ద్వారాలను తెరుచుకుంటూ పోతాయి.

శాంతి - శాంతి - శాంతి, ఎక్కడ చూచినా శాంతి చర్చలే. శాంతి కొరకు ప్రయత్నాలే. అశాంతిని నివారించే ప్రయత్నాలే. అశాంతి లోనికి ప్రవేశించ కూడదని ఎంతగా ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటే, అంతకు మించిన అశాంతి హృదయం లోకి ప్రవేశిస్తూనే ఉంది. దొంగలు రాకూడదని గుమ్మం వద్ద భారీగా కాపలా పెడితే, వెనుక గుమ్మంలో నుండి దొంగలు ప్రవేశించి దోచుకు పోయినట్లు, శాంతి కొరకు మనం చేసే ప్రయత్నాలలో మరో విధంగా అశాంతిని ఆహ్వానించడమే జరుగుతూ ఉంది.

ఏదో ఉండటం చేత శాంతి లభిస్తుందని కొందరు భావిస్తూ ఉంటే, మరేదో లేకపోవడం చేత శాంతి ప్రాప్తిస్తుందని మరి కొందరు భావిస్తున్నారు. శాంతికి ఏదో ఉండాలి, ఎవరో ఉండాలి అనేదే నీ అభిమత మైతే, ఆ ఉండవలసింది ఏదో, ఎవరో అది మాత్రము నీవే. నీవు ఉంటే నీకు శాంతి కాదు. నీవే శాంతి. శాంతి అనేది మోక్షఫలం కాదు. శాంతియే మోక్షం. శాంతి అనేది మోక్షము యొక్క స్వరూపము. నీవు శాంతరూపుడివి.

మోక్షరూపుడివి. ఇది తెలిసి, ఆ వైపు దృష్టి సారించిన ధ్యానయోగి చివరగా తనవే తాను మోక్షరూపునిగా తెలుసు కుంటాడు.

ధ్యానయోగ ఫలం

తన దేహేంద్రియ మనోబుద్ధుల ద్వారా, ఫలాసక్తి లేకుండా కేవలం చిత్తశుద్ధి కొరకే కర్మయోగి కర్మలను ఆచరిస్తాడు *(5 - 11)*. చిత్తశుద్ధిని పొందిన యోగి జ్ఞానసిద్ధి ద్వారా మోక్షాన్ని పొందడానికి, యోగారూఢత్వ సిద్ధికి ధ్యానయోగియై **(యోగీ)**, నిరంతరము **(సతతం)** మనస్సును నియమించే పనిలో ఉంటాడు **(ఆత్మానం యుంజీత)** అని పదవ శ్లోకంలో ధ్యానారంభం చూశాము. ఆ తరువాత అంచె లంచెలుగా, ఏకాంత ప్రదేశములో ఏకాంత సాధన, నైరాశ్యము, అపరిగ్రహం, ఆసన సిద్ధి, దేహేంద్రియ మనోబుద్ధుల నిగ్రహము, ఆసన స్థైర్యం, నాసికాగ్ర దృష్టి, ప్రశాంత చిత్తము, నిర్భయత్వము, బ్రహ్మచర్యము, మనస్సంయమము, ఈశ్వర బుద్ధి, తత్పరత్వము అనే వాటిని వరుసగా పదకొండు, పన్నెండు, పదమూడు, పద్నాలుగు శ్లోకాలలో చూచాము. ఈ విధంగా **(ఏవం)** మనస్సును నియమించిన ధ్యానయోగి **(యోగీ నియత మానసః)** నిరంతరము **(సదా)** మనస్సును బ్రహ్మము నందు నిలిపి **(యుంజన్)**, బ్రహ్మ అధీనంలో ఉన్న **(తత్ సంస్థాం)** ఉత్కృష్ట మైన మోక్షము అనే శాంతిని **(నిర్వాణ పరమాం శాంతిం)** పొందుతాడు **(సమధి గచ్ఛతి)** అని ఈ శ్లోకంలో తెలుసు కున్నాము.

యుంజీత సతతం అంటూ పదవ శ్లోకంలో ధ్యానాభ్యాస విషయాన్ని ఆరంభించి, ***యుంజన్నేవం సదా*** అంటూ పదిహేనవ శ్లోకంలో ధ్యాన విషయాన్ని సమాప్తం చేస్తూ ఫలితాన్ని కూడా చెప్పేశాడు. శాంతి స్వరూప మైన మోక్షమే ఫలం అని నిర్ధారణ జరిగింది. భోజనం చేయడానికి తృప్తి ఎలా ఫలమో, యోగానికి శాంతిరూప మోక్షమే ఫలం. ఈ విధమైన ఫలప్రాప్తికి చివరగా ప్రస్తుత శ్లోకంలో రెండు విషయాలను ప్రధానంగా సింహావలోక న్యాయానుసారం చెబుతున్నాడు. అవి (1) మనో నిగ్రహము **(నియత మానసః)** (2) నిరంతరాభ్యాసము **(సదా యుంజన్)**.

మనో నిగ్రహము - నిరంతరాభ్యాసము

నిగ్రహింపబడిన మనస్సే నియత మానసము **(నియత మానసః)**. ఇక్కడ మనస్సు అంటే, మనస్సు లోని వృత్తులు అని అర్థము. అవి నియతము లయ్యాయి అంటే మనో వృత్తి రూప వికారాలు ఉపరమించాయి అని భావము. అచంచల మైన శ్రద్ధ, తీవ్ర ముముక్షుత్వం చేత మనస్సును సమాహిత మొనర్చి, నిరంతరాభ్యాస బలము చేత మనస్సును సంపూర్ణముగా నిగ్రహించిన యోగి, సదా మనస్సును బ్రహ్మము నందే ఏకాగ్రంగా ఉంచుతాడు **(సదా యుంజన్)**. ఇక్కడ సదా ఏకాగ్రంగా ఉంచుతాడు అంటే, సర్వకాల సర్వావస్థల యందు ఉంచుతాడు అని అర్థం కాదు. ప్రాప్తించిన కాలాన్నంతా వృథా చేయకుండా సద్వినియోగం చేసుకుంటాడు అని భావము. ముందు మనోవృత్తులను బ్రహ్మము నందు ఏకాగ్రం చేసిన యోగి **(యుంజానః)**, తరువాత వృత్తి రూపములో ఉన్నది కూడా బ్రహ్మమే అని గ్రహించి, ఆ బ్రహ్మము తానే అని గుర్తించి పరమశాంతిని పొందుతున్నాడు. ఈ విషయాన్ని తైత్తిరీయం **యుంజానః** పద ప్రయోగం తోనే విశదం చేసింది.

యుంజానః ప్రథమం మన స్తత్త్వాయ ధియః

ప్రారంభములో **(ప్రథమం)** మనస్సును లేదా మనో వికారాలను **(మనః)** స్వాధీన పరచుకొని, ఏకాగ్రం చేసి, ఆ తరువాత ఆత్మప్రాప్తికై **(తత్త్వాయ)** బుద్ధి వృత్తులను **(ధియః)** ఆత్మరూపమే నని గ్రహించి, తాను ఆత్మయే అగుచున్నాడు **(సవితా)**.

మనోవృత్తులు నిగ్రహింప బడిన తరువాత, బహిర్ముఖం కాకుండా ఏ వృత్తులైతే అంతర్ముఖమై ఉన్నవో, ఆ బుద్ధి వృత్తులు ***(ధీ వృత్తయః)*** దృశ్యాలుగా తెలుస్తాయి. అఖండమైన ఆత్మ కన్నా ధీవృత్తులు అన్యంగా ఉండలేవు కనుక దృశ్యము లైన ధీవృత్తులు కూడా ఆత్మయే అని గ్రహిస్తాడు. కాని వృత్తి శూన్యమైనా ఆత్మ పూర్ణం గానే భాసిస్తున్నందున, వృత్తి ఆత్మయే గాని, ఆత్మ వృత్తి కాదు అనే జ్ఞానవృత్తిని పొంది, పరమశాంత రూపుడై తరించి పోతాడు. ఈశ్వర సంబంధమైన మోక్షరూప శాంతిని పొందుతాడు.

స్వరూప శాంతి

మోక్షము అనేది స్వరూప శాంతియే గాని మనశ్శాంతి కాదు. మనస్సు కుదుట పడినా, ఊరట చెందినా, అలాంటి సమయాలలో ఆందోళన లేకుండా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఇదే శాంతి అని చాలా మంది భ్రమిస్తూ ఉంటారు.

నిద్రలో ఒక విధమైన శాంతిని మనిషి అనుభవిస్తాడు. అలాగే, ఆశించింది లభించి నపుడు భోగానుభవ జనిత శాంతి, ఏ కోరిక లేనపుడు భోగానుభవ రహిత శాంతి, ధ్యానంలో వృత్తి రహిత శాంతి - ఇలా అనేక విధాలైన శాంతి తాత్కాలికంగా మనిషి అనుభవంలో ఉంటుంది.

ఇక్కడ యోగి పొందే శాంతి అలాంటిది కాదు. ఇది మనస్సు నుండి పొందేది కాదు. మనోగతం కాదు. ***మదధీనం*** అంటున్నాడు భగవంతుడు. అంటే మనస్సు అధీనంలో లేదు, తన అధీనంలో ఉంది అని చెబుతున్నాడు. అదే ***మదాత్మకం (మత్ సంస్థాం).*** ఈ విధంగా మోక్షం అనే ఉత్కృష్టమైన శాంతిని ***(నిర్వాణ పరమాం శాంతిం)*** యోగి పొందుతున్నాడు ***(అధిగచ్ఛతి).*** ఇతడు శాంత మనస్కుడు కాడు. శాంతాత్మ. శాంతాత్మలో శాంతము అనేది గుణ విశేషము కాదు. స్వరూప లక్షణము.

ఈ విధమైన ధ్యానాభ్యాసానికి సహకరించే మరి కొన్ని విషయాలను కూడా తెలియ జేస్తున్నాడు.

నాత్యశ్నతస్తు యోగో௨స్తి న చైకాన్త మనశ్నతః ।
న చాతి స్వప్నశీలస్య జాగ్రతో నైవ చార్జున ॥ 16

న-అతి-అశ్నతః-తు-యోగః-అస్తి-న-చ-ఏకాంతం-అనశ్నతః

న-చ-అతి-స్వప్న-శీలస్య-జాగ్రతః-న-ఏవ-చ-అర్జున

అర్జున	= అర్జునా!	న	= లేదు
యోగః	= యోగము	అతిస్వప్నశీలస్య చ	= ఎక్కువ నిద్రించు వానికి
అతి అశ్నతః తు	= విశేషముగా తినే వాడికి	న	= లేదు
న అస్తి	= లేదు	జాగ్రతః ఏవ చ	= మిక్కిలి మేలుకొనే వానికి
ఏకాంతం	= మిక్కిలి	న	= లేదు
అనశ్నతః చ	= తినని వానికి కూడా		

అర్జునా! మితిమీరి తినే వాడికి యోగం ప్రాప్తించదు. అలాగని పూర్తిగా తినని వాడికి కూడా యోగ ప్రాప్తి లేదు. అలాగే అతిగా నిద్రించే వాడికీ యోగం ఉండదు. బొత్తిగా నిద్ర పోని వానికి కూడా యోగం ప్రాప్తించదు.

వ్యాఖ్య

కార్యకరణాది సంఘాతమును అదుపులో ఉంచుకోలేని వాడు యోగాభ్యాసి కాలేడు. ***జితాత్మనః*** అని ఏడవ శ్లోకం లోను, ***ఉపవిశ్యాసనే*** అని పన్నెండవ శ్లోకం లోను, ***సమం కాయ శిరోగ్రీవమ్*** అని పదమూడవ

శ్లోకం లోను యోగి దేహమును తన అధీనంలో ఉంచుకోవాలి అనే విషయమే ప్రధానంగా చర్చింప బడింది. దేహము ఆరోగ్యంగా ఉండి, అధీనంలో ఉండాలి అంటే ఆహార సేవనము, నిద్ర మొదలైన విషయాలలో కూడా యోగి జాగరూకుడై ఉండాలి. అప్పుడే యోగం సిద్ధిస్తుంది. ప్రస్తుతం యోగి యొక్క ఆహారాది నియమాలను చెబు తున్నాడు.

ఆహారము - ఆరోగ్యము

ఆహారము అందరికీ అవసరమే అయినా, అవసరాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని ఆహారం తీసుకొనే వారు చాలా అరుదుగా ఉంటారు. కొందరు అధికంగా ఆరగిస్తారు. కొందరు అల్పంగా భుజిస్తారు. కొందరు అసలే తినరు. మరి కొందరు అదే పనిగ తింటూ ఉంటారు. ఈ నాలుగు రకాల మనుష్యుల కన్నా భిన్నమైన వాడు యోగి. ఎందుచేత నంటే, ఇలా నాలుగు విధాలుగా ఆహార సేవనం చేసే వారెవరికీ యోగం సిద్ధించదు.

అతిగా తినే వారికి ***(అత్యశ్నతః)*** యోగం లేదు. అంటే సిద్ధించదు ***(న అస్తి).*** బొత్తిగా తినని వానికి కూడా ***(ఏకాన్తం అనశ్నతః)*** యోగం సిద్ధించదు ***(న అస్తి)*** అంటున్నాడు భగవంతుడు.

ఆహారాన్ని మితిమీరి తింటే, అజీర్ణాది రోగాలు సంక్రమించి మనిషి వ్యాధిగ్రస్తు డవుతాడు. రోగాల వాత పడతాడు. అతి భోగము రోగానికే దారి తీస్తుంది. రోగి యోగి ఎలా అవుతాడు? అందుకే యోగం ఫలించదు.

అలాగని అసలే ఆహారం లేకుండా పస్తులుంటే, దేహానికి అవసరమైన రసపోషణ లభించక మనిషి నీరస పడతాడు. నీరసించిన వానిలో కార్యదక్షత లోపిస్తుంది. కార్య నిర్వహణా సామర్థ్యం క్షీణిస్తుంది. అలాంటి అశక్తుడు యోగి ఎలా అవుతాడు? అందుకే యోగం ఫలించదు.

అవసరమైన అన్న పరిమాణానికి మించి తినడము గాని, అలాగని అసలే తినకుండా ఉండటం గాని, ఈ రెండూ యోగికి వర్తించవు. హితమైన మిత జీవనమే యోగ జీవనము అవుతుంది గాని అతిజీవనం, అహితజీవనం యోగయుక్తం కావు. ***అతి సర్వత్ర వర్జయేత్*** అనే వాక్యం యోగ జీవనంలో అతికినట్లు సరి పోతుంది. యోగి తనను, తన యోగాన్ని రక్షించే ఆహారాన్ని మాత్రమే గ్రహించాలి. యోగముతో పాటు యోగిని కూడా నశింప చేసే ఆహారాన్ని ఎప్పుడూ స్వీకరించ కూడదు. ఈ విషయం వేదం లోని శతపథ బ్రాహ్మణము నందు చక్కగా చెప్పబడింది.

యదు హవా ఆత్మ సం మిత మన్నం తదవతి, తన్నహినస్తి *

యద్భూయో హినస్తి, తద్యత్కనీ యో௨న్నం న తదవతి ! * *

* తనకు అవసర మైనంత ఆహారం భుజిస్తే, అట్టి ఆహారము భుజించిన వానిని రక్షిస్తుంది ***(అవతి).*** అతనిని హింసించదు ***(న హినస్తి).*** ఇక్కడ హింసించదు అంటే ధాతు నష్టాన్ని కలిగించి తద్వారా బాధించదు అని అర్థము.

* * అవసరాన్ని మించి ఆహారమును భుజిస్తే అది హింసిస్తుంది ***(హినస్తి).*** అల్పంగా భుజిస్తే ***(కనీయః)*** అది భుజించిన వానిని రక్షించదు ***(న అవతి).*** కనుక యోగానుష్ఠానమునకు, ధర్మ నిర్వహణమునకు ఉపకరించే విధంగా అవసరమైన ఆహారాన్నే యోగి స్వీకరించాలి అని వేదమాత ఆదేశము. మరి, అన్న పరిమాణము విషయంలో ఏ విధిని అనుసరించి స్వీకరించాలి? ఈ విషయాన్ని కూడా శాస్త్రం స్పష్టం చేసింది.

ద్వౌ భాగౌ పూరయే దన్నైః తోయే నైకం ప్రపూరయేత్
మారుతస్య ప్రచారార్థం చతుర్థ మవశేషయేత్ ॥

పొట్టలో సగ భాగాన్ని, అంటే రెండు వంతులు అన్నంతో నింపాలి. నీటికి మూడవ వంతును కేటాయించి, నాల్గవ వంతుమ గాలి సంచరించడానికి ఖాళీగా విడిచి పెట్టాలి అన్నది యోగశాస్త్రం. ఇక్కడ కేవలం అన్నం ఏ మోతాదులో స్వీకరించాలి, ఎంత స్వీకరించాలి? అనేది మాత్రమే చెప్ప బడింది. ఎలాంటి ఆహారం స్వీకరించాలి? అనే విషయాన్ని ముమ్ముందు చక్కగా వివరించడం జరుగుతుంది.

నిద్ర - విరామము

యోగికి ఆహార నియమం ఎలాంటిదో, నిద్ర విషయంలో కూడా నియమం అలాంటిదే. కొందరు అధికంగా నిద్ర పోతారు. కొందరు స్వల్పంగా నిద్ర పోతారు. కొందరు నిశాచరు ల్లాగా మరీ ముంచుకొస్తే తప్ప నిద్ర పోరు. కొందరు మట్టిని మూజాడ గానే మత్తెక్కి నిద్రలో కూరుకు పోతారు. వీరెవ్వరూ యోగానికి పనికిరారు. అంటే, వీరెవ్వరికీ యోగం సిద్ధించదు.

అతి నిద్రా స్వభావుడికి ***(అతి స్వప్న శీలస్య),*** అలాగే అతి జాగ్రత్స్వభావుడికి ***(జాగ్రతః)*** కూడా యోగం ఫలించదు. ఇది స్వభావానికి సంబంధించిన విషయం. దీనినే కాలానికి కూడా అన్వయించి అర్థం చేసుకోవాలి. అంటే, నిద్రించ వలసిన కాలంలో మేల్కొనే వానికి, అలాగే మేల్కొన వలసిన కాలంలో నిద్రించే వానికి కూడా యోగం సిద్ధించదు.

అతి నిద్ర అలసత్వాన్ని, ఆయాసాన్ని, అనారోగ్యాన్ని తెచ్చి పెడుతుంది. అల్పనిద్ర అశక్తతను, నీరసాన్ని అందిస్తుంది. ఆయాసాలతో, నీరసాలతో, అశక్తతలతో, అనారోగ్యాలతో ఎవడైనా రోగి అవుతాడే గాని యోగి అవుతాడా? కనుక నిద్ర కూడా మితంగా, హితంగా ఉండాలి.

శైశవంలో తల్లి ఒడిలో బిడ్డ ఆదమరచి నిద్ర పోతాడు. నిద్ర లేవగానే ఆరోగ్యంతో, ఆనందంతో కాళ్ళు చేతులు ఆడిస్తూ కనిపిస్తాడు. వయస్సు మళ్ళే కొద్ది మనిషి ఆదమరచి నిద్రించడానికి ప్రకృతి మాత ఒడిని తల్లి ఒడికి ప్రతిరూపంగా భగవంతుడు సృష్టించాడు. కర్మ రంగంలో చరించే దేహం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి భగవంతుడు ప్రసాదించిన అమృతమయ మైన దివ్యౌషధమే నిద్ర. అతి లేకుండా, మితంగా, హితంగా నిద్ర పొగలిగిన వాడు భద్రరూపుడై శోభిస్తాడు.

ఆహార నిద్రా విషయాలలో ఎలా ఉంటే యోగం సిద్ధించదో చూశాం. మరి ఎలా ఉంటే యోగం ప్రాప్తిస్తుందో ఇప్పుడు చూడబోతాము.

యుక్తాహార విహారస్య యుక్త చేష్టస్య కర్మసు ।
యుక్త స్వప్నావబోధస్య యోగో భవతి దుఃఖహా ॥ 17

యుక్తాహార విహారస్య-యుక్తచేష్టస్య-కర్మసు
యుక్తస్వప్నావబోధస్య-యోగః-భవతి-దుఃఖహా

యుక్తాహార విహారస్య	= ఉచితమైన ఆహార విహారములు గల వానికి	యుక్త స్వప్నావబోధస్య	= యుక్తమైన నిదుర మెలకువ గల వానికి
కర్మసు	= కర్మల యందు	యోగః	= ఈ యోగము
యుక్తచేష్టస్య	= ఉచిత రీతిని చరించు వానికి	దుఃఖహా	= దుఃఖహరము
		భవతి	= అవుతుంది

ఆహార విహారాలు నియమంగా ఉండాలి. కర్మలలో మితంగా ప్రవర్తించాలి. నిద్రా మెలకువలు మితంగా ఉండాలి. యోగము సమస్త దుఃఖాలను నశింప చేస్తుంది.

వ్యాఖ్య

ఆహారము, నిద్ర మొదలైన విషయాలలో ఎలా ఉంటే యోగము సిద్ధించదో పదహారవ శ్లోకంలో చూశాం. అలా కాకుండా, యోగము సిద్ధించ దానికి ఆహార విహారాదులు, వ్యవహార నిద్రాదులు ఎలా ఉంటే అనుకూలమో ప్రస్తుత శ్లోకంలో చూడబోతున్నాం.

ఆహార విహారాలు

ఆహార విహారాలు యోగానికి అనుకూలంగా ఉండేటట్లు సాధకులు జాగ్రత్త వహించాలి. ఆహారము అంటే మనం తినే అన్నం. అన్నం అనేది మన దేహం లోనికి పోతుంది కనుక అది ఆహార మైంది. ***ఆహ్రియతే ఇతి ఆహారః -*** లోనికి గ్రహింపబడేది కనుక అన్నము ఆహారము. విహారము అంటే చరించడము. అంటే పాదాలతో నడవడం అని అర్థము ***(పాదక్రమః).*** తాను తినే ఆహారము, అలాగే ప్రతి రోజూ అతడు నడిచే క్రమము, ఈ రెండు మితంగా, నియతంగా, యుక్తంగా ఉంటే, అతడు యుక్తాహార విహారుడు.

ఆహార విహారాదుల విషయంలో అందరికీ ఒకే మార్గాన్ని నిర్ణయించడం సాధ్యం కాదు. ఒకరికి సరిపడే ఆహారము మరొకరికి సరిపడక పోవచ్చు. వ్యక్తి చేసే శారీరక శ్రమను కూడా దృష్టిలో ఉంచుకొని ఆహారాన్ని నిర్ణయించ వలసి ఉంటుంది. కొన్ని పదార్థాలు కొందరికి వికటిస్తాయి. అట్టి వాటిని వారు త్యజించ వలసి ఉంటుంది. కనుక తన దేహ స్థితిని, శారీరక వ్యాయామాన్ని, ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని తనకు అనుకూల మైన ఆహారమును, మితంగా, హితంగా, నియతంగా గ్రహించాలి. అందుచేతనే సర్వులకు ఉపకరించే విధంగా, ***యుక్తః*** అని అందంగా ప్రవచించాడు భగవంతుడు.

ఆహారము లాగే ఆరోగ్యానికి విహరణము అవసరము. అంటే పాదాలతో తిరగడం. విహారము విషయములో కూడా అతి పనికి రాదు. నడవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది అని అతిగా నడిచి మోకాళ్ళ నొప్పులకు గురైన వాళ్ళు చాలా మంది ఉన్నారు.

యోజనాత్ న పరం గచ్ఛేత్. ఒక్క యోజనమునకు మించి నడవడం సముచితం కాదు అని శాస్త్రము. ఈ విషయాన్ని ఆనందగిరి ఉటంకించాడు. యోజనము అంటే ఆమడ అని అర్థము. ఆమడ అంటే పది మైళ్ళు. అంటే, రమారమి పదిహేను కిలోమీటర్లు. దీనిని అందరూ అనుసరించాలి అని చెప్పగలమా? స్థూలకాయు లైతే ఎలా? అందుచేత, విహారము యుక్తంగా ఉండాలి అంటున్నాడు గీతాచార్యుడు. విహారము మాత్రం ఉండాలి. అది ఎలా ఉండాలి? అనేది ఎవరికి వారుగా వారి వారి పరిస్థితుల్ని, దేహ స్థితుల్ని బట్టి నిర్ణయించు కోవాలి అనేది నా అభిప్రాయము.

యుక్త కర్మాచరణము

ఆహార విహారాదుల యందు యుక్తమును, హితమును పాటించినట్లే, నిత్యము ఆచరించే కర్మల విషయంలో కూడా నియతంగా ఉండాలి. ఎవని కర్మ నియతంగా ఉంటుందో, అతడు యుక్తచేష్టుడు **(యుక్త చేష్టస్య, యుక్తా నియతా చేష్టా యస్య కర్మసు).** కర్మలు అన్నప్పుడు అవి కాయక కర్మలు కావచ్చు, వాచక కర్మలు కావచ్చు, లేదా మానస కర్మలు కావచ్చు. కరచరణాదుల ద్వారా చేసేవి కాయక కర్మలు. అవి పనులు చేయడం కావచ్చు, బరువులు, భారాలు మోయడం కావచ్చు. వాచక కర్మలు అంటే వాక్కుకు సంబంధించినవి. అవి మాట్లాడటం కావచ్చు. పాడటం, ప్రవచించడం కావచ్చు. మానస కర్మలు అంటే

ఆలోచనలకు సంబంధించినవి. వీటన్నిటి లోను నియమాన్ని పాటించాలి. అదే యుక్త కర్మాచరణము. అధికంగా ఆలోచించకండి! రక్తపోటు పెరుగుతుంది అని వైద్యులు చెప్పడం మనం వింటూనే ఉంటాము. అతి ఏ విషయం లోనూ అనుసరణీయం కాదు.

కొందరు మాట్లాడటం కొరకే నోరు ఉంది అనుకొని రోజంతా మాట్లాడుతూనే ఉంటారు. కొందరు నోరు విప్పనే విప్పరు. అలాంటి వారి నుద్దేశించే మాట్లాడితే ముత్యాలు రాలిపోతాయా! అనే నానుడి వచ్చింది. మాట అనేది మనిషికి భగవంతుడు ఇచ్చిన వరం. పలుకు పసిడి కన్నా విలువైనది. దానిని కూడా మితంగా, హితంగా వాడుకోవాలి.

పలుకుట తెలియని అవివేకి
పలవరిస్తాడు విస్తారముగా
పలుకుల మర్మము తెలిపే జ్ఞాని
ప్రవచిస్తాడు విపులముగా
రెండూ కాని సాధకుడు
మితముగ పలకాలి హితముగా ॥ రామ రామ జయ రాజారాం ॥ అని రామజోగి చిట్కా.

స్నానం చేయడం కూడా కర్మే. స్నానానికి కొందరు వేడి నీళ్ళు ఉపయోగిస్తారు. కొందరు చన్నీళ్ళ తోనే స్నానం చేస్తారు. కొందరికి చన్నీళ్ళు పట్టవు. ఒకవేళ చన్నీళ్ళతో స్నానం చేసినా, వెంటనే రొంప పట్టి కొంప కూలేటట్లు తుమ్ముతూ, చీదుతూ ఉంటారు. అలాంటి వ్యక్తి ధ్యాన మెలా చేస్తాడు? అన్నీ పుస్తకాల నుండే రావాలి అంటే చాలా కష్టం. అలా లభ్యం కాని వాటిని అన్వేషించి తెలుసుకోమనే భగవంతుడు మనిషికి మస్తకాన్ని అనుగ్రహించాడు. ఏ విషయంలో అయినా అతి లేకుండా చూసుకోవడమే హితం.

నాఽతి శీతే న చైవోష్ణే న ద్వంద్వే నానిలాన్వితే
కాలే ష్వేతేషు యుంజీత న యోగం ధ్యాన తత్పరః ॥

అతి శీతల కాలము నందు లేదా ప్రదేశము నందు గాని, అత్యుష్ణ కాలము నందు లేదా ప్రదేశము నందు గాని, రెండూ ప్రాప్తించే చోట గాని, గాలి బాగా వీచేటప్పుడు గాని యోగి ధ్యానము చేయకూడదు అని మార్కండేయ పురాణము. ఇవన్నీ అతిని విడిచి పెట్టమనే చెబుతున్నాయి.

అలాగే ధ్యానయోగి నిద్ర విషయంలో కూడా నియతం గానే ఉండాలి. అతినిద్ర, అల్పనిద్ర, రెండూ ధ్యానానికి ప్రతిబంధకాలే నని ముందు శ్లోకం లోనే అర్థం చేసుకున్నాం. అదే మళ్ళీ చెబుతున్నాడు. నిద్రా మెలకువల విషయంలో ధ్యానయోగి నియత కాలత్వం పాటించాలి. ఈ విధమైన యుక్త జీవనానికి ఫలితం దుఃఖనాశము అంటున్నాడు. యుక్తుడైన ధ్యానయోగికి యోగము దుఃఖాన్ని పోగొడుతుంది అంటున్నాడు ***(యోగో భవతి దుఃఖహా - దుఃఖాని సర్వాణి హన్తీతి దుఃఖహా - సర్వ సంసార దుఃఖక్షయకృత్ యోగః భవతి ఇత్యర్థః).***

మరి, సాధకుడు యోగాన్ని సాధించిన వాడు ఎప్పుడవుతాడు? చెబుతున్నాడు.

యదా వినియతం చిత్త మాత్మన్యే వావతిష్ఠతే ।
నిఃస్పృహః సర్వకామేభ్యో యుక్త ఇత్యుచ్యతే తదా ॥ **18**

యదా-వినియతం-చిత్తం-ఆత్మని-ఏవ-అవతిష్ఠతే
నిఃస్పృహః-సర్వకామేభ్యః-యుక్తః-ఇతి-ఉచ్యతే-తదా

యదా	=	ఎప్పుడు	తదా	=	అప్పుడు
వినియతం	=	నియమింప బడిన	సర్వకామేభ్యః	=	సమస్త కామముల నుండి
చిత్తం	=	మనస్సు	నిఃస్పృహః	=	కోరిక లేనివాడై
ఆత్మని ఏవ	=	ఆత్మ యందే	యుక్తః ఇతి	=	యుక్తుడని
అవతిష్ఠతే	=	నిలిచి ఉంటుందో	ఉచ్యతే	=	చెప్పబడు తున్నాడు

చక్కగా నిగ్రహింప బడిన మనస్సు ఆత్మ యందు స్థిరంగా నిలబడ గానే, యోగి సమస్త కోరికల నుండి విముక్తు డవుతాడు. యోగమును సాధించిన వాడు అవుతాడు.

వ్యాఖ్య

సాధకుడు ఎప్పుడు సమాహితు డవుతాడు? ఎప్పుడు పూర్ణయోగిగా మారుతాడు? యోగానికి ఎప్పుడు పూర్ణత్వము సిద్ధిస్తుంది? అనే కీలకమైన విషయాన్ని ఈ శ్లోకంలో వివరిస్తున్నాడు.

ఎప్పుడైతే చిత్తము విశేషంగా నియమింప బడుతుందో ***(యదా చిత్తం వినియతం)*** అలా నిగ్రహింప బడిన మనస్సు ఆత్మ యందే స్థిరంగా ఉంటుందో ***(ఆత్మని ఏవ అవతిష్ఠతే),*** అప్పుడు సర్వ కోరికల నుండి నిస్పృహను పొందిన అతడు ***(తదా సర్వ కామేభ్యః నిఃస్పృహః)*** యోగయుక్తుడు లేదా యోగమును సాధించిన వాడు అవుతాడు. యోగానికి ఇక్కడే పూర్ణత్వము. (1) పూర్ణయోగి మనస్సు బాహ్య విషయాల నుండి విరమించి ఏకాగ్రం కావాలి. (2) కేవలము ఆత్మస్థితి యందే సుప్రతిష్ఠమై ఉండాలి. (3) సర్వ కామముల యందు మనస్సుకు స్పృహ లేకుండా ఉండాలి. అట్టి మనస్సును కలిగిన వాడు పూర్ణయోగి లేదా యోగయుక్తుడు.

యోగం అనుష్ఠానంలో ఉంటుంది. ఆ యోగం సిద్ధి పొందినట్లు ఎలా తెలియాలి? ఎవరికి తెలియాలి? ఏ సాధన అయినా వ్యక్తిగతం కనుక ఒకరి యోగ స్థితి మరొకరికి తెలిసే అవకాశం లేదు. ఎవరి యోగస్థితి వారికే తెలియాలి. ***యదా*** అంటూ శ్లోకం ప్రారంభం కావడం చేత ఎప్పుడు తెలియాలి? అనే ప్రశ్న ఒకటి లేస్తూ ఉంది. ***యదా*** అంటే ఎప్పుడు? అని అర్థం. కానీ ఈ సందర్భంలో ఎప్పుడు అంటే ఏ కాలంలో అని కాదు. ఎందుకంటే, ఒక కాలంలో యోగం ఫలిస్తుందని ఎలా చెప్పగలము? మధుమాసంలో మల్లెపూలు పూస్తాయని, మామిడి కాయలు కాస్తాయని చెప్పవచ్చు. ఫలానా కాలంలో యోగం ఫలిస్తుందని ఎలా చెప్పాలి? యోగము కాలానికి సంబంధించింది కాదు. అది సాధకుని చిత్త పరిపక్వతకు సంబంధించిన విషయము. కనుకనే యోగి యొక్క చిత్తము సమాహితమై, ఆత్మ సంస్థితమైన దశను ***యదా*** - అప్పుడు అని సూచిస్తున్నాడు.

సంయత చిత్తము

యతము అంటే నిగ్రహింప బడినది. అదే నియతము. వినియతము అంటే విశేషంగా నిగ్రహింప బడినది. ***వినియతం చిత్తం*** అంటే విశేషంగా నిగ్రహింప బడిన మనస్సు అని అర్థము ***(వినియతం చిత్తం విశేషేణ నియతం సంయతమ్ ఏకాగ్రతామ్).*** ఇదే ఏకాగ్ర చిత్తము.

మనస్సు నిగ్రహింప బడింది అంటే విషయాల నుండి నిగ్రహింప బడింది అని అర్థము. విషయాలు అనేకం. అనేకము లైన విషయాలలో పరిభ్రమించే మనస్సు ఆయా విషయాలను బట్టి అనేక విధాలుగా వర్తిస్తూ ఉంటుంది. వర్తిస్తూ ఉంటుంది. అనేక విషయాల నుండి విరమించి నపుడు మనస్సు ఏకమే కనుక, ఏకాగ్రతతో ఉంటుంది. ఇదే సంయత చిత్తము. అంటే చక్కగా నిగ్రహింపబడి ఏకాగ్రమైన చిత్తము.

విషయాలలో తగులుకొనక పూర్వము, మనస్సు ఏకాగ్రం గానే ఉండింది. ఎందుకో ఉన్నచోట ఉండలేక, పని గట్టుకొని మరీ విషయ ప్రపంచంలో తిరగడం ప్రారంభించింది. అలా తిరగడం వెనుక దాని కేదో సమస్య

ఉందని అర్థమవుతూ ఉంది. ఆ సమస్య ఏమిటో అర్థం చేసుకొనే ప్రయత్నము చేయక పోగా, దానికి తక్షణ పరిష్కారము విషయ ప్రపంచం లోనే ఉందని నిర్ధారణ చేసుకొని, మనస్సు ఆ వైపు తృప్తి కోసం పరుగులు తీస్తూ ఉంది. ఇదొక విచిత్రమైన విషయం.

విచిత్రమైన ఈ విషయం ఇక్కడ మరో రెండు విషయాలను స్పష్టం చేస్తూ ఉంది. తన సమస్య ఏమిటో తనకు తెలియక పోవడం ఒకటి. అంటే, తనకు ఏమి కావాలో తనకే తెలియక పోవడం. సమస్యే అర్థం గాని మనస్సు పరిష్కారం విషయ ప్రపంచంలో ఉందని భావించి, ఆ వైపు పరుగులు తీయడం, రెండవది. ఇదీ మనస్సు యొక్క సమస్య. ఇదే చిత్త విభ్రమము.

మనస్సులు అందరికీ ఉన్నాయి. అందరి మనస్సులు విషయ ప్రపంచం లోనే తిరుగుతూ ఉన్నాయి. అంటే, అన్ని మనస్సులకు ఒకే సమస్య ఉంది. కాని, ఏ మనస్సుకు అర్థం కాకుండా ఉంది.

ఒక వ్యక్తి మేధావి. మరొక వ్యక్తి శాస్త్రజ్ఞుడు. ఒకడు పండితుడు. వేరొకడు మనస్తత్వ శాస్త్రవేత్త. ఇంకొకడు ఖగోళ శాస్త్రవేత్త. వీళ్ళందరికీ మనస్సు లున్నాయి. అన్నీ గొప్ప మనస్సులే. గొప్ప మేధస్సులే. కాకపోతే, ఈ మనస్సు లన్నీ ఆయా రంగాలలో ప్రత్యేకతలతో శోభిస్తూ ఉండినా, విషయాల దగ్గరకు వచ్చే సరికి సామాన్యంగా, ఒకే విధంగా కనిపిస్తూ ఉన్నాయి. అందరి మనస్సులు విషయాలలో పడి అల్లాడుతూనే ఉన్నాయి. అన్ని మనస్సులకు ఆరాటాలు ఉన్నాయి. మేధస్సు లన్నీ పోరాటాల లోనే ఉన్నాయి. కాని, ఏ మనస్సు శాంతించినట్లు కనిపించదు.

ఆకలి వేసింది అంటే, ఆకలి వేసిన అందరిలో ఆరాటము ఒకే విధంగా ఉంది. ఆహారం తీసుకోగానే ఆరాటం అంతరించి, తృప్తి కలుగుతూ ఉంది. మరి, మనస్సుల లోని ఆరాటాలు అందరివీ ఒకటే అయినా, వాటి నుండి విడిపడి తృప్తి చెందడానికి విషయాలను అనుభవించడమే పరిష్కారము అని అందరూ భావించినా, ఆయా విషయాలను అనుభవించినా, ఎవ్వరికీ తృప్తి కలగడం లేదు. సమస్య సమస్య గానే మిగిలిపోతూ ఉంది. ఎందుకని?

ఆహారం గ్రహించ గానే ఆకలి తీరుతూ ఉంది. మందు తీసుకోగానే వ్యాధి మాయ మవుతూ ఉంది. మరి విషయాలను అనుభవించినా, మనస్సు లోని ఆరాటం అంతరించ దెందుకని? మనస్సు లోని సమస్యకు పరిష్కారం ప్రపంచంలో ఉన్నట్లయితే, అనుభవిస్తున్న వాటిలో ఏదో ఒక దానిలో సంతృప్తి లభించాలి కదూ! ఎక్కడో ఒక చోట సమస్యకు పరిష్కారం దొరకాలి కదూ!

నిజమే. కాని ఇప్పటి వరకు అనుభవించిన వాటిలో పరిష్కారం లేకపోవచ్చు. ఇక ముందు అనుభవించే వాటిలో సంతృప్తి కలుగవచ్చు కదా! పరిష్కారం లభించవచ్చు కదా!

కావచ్చు, కాకపోవచ్చు. ఎలా కావచ్చో ఎవరికీ అంతుపట్టడం లేదు. ఎలా కాకపోవచ్చో మాత్రం అందరికీ అర్థమవుతూనే ఉంది. మరి కొన్ని అనుభవిస్తే ఈ ఆరాటం తీరుతుందేమో అని ఆలోచించడం తప్పు కాదు. కాకపోతే, ఆ అనుభవాలన్నీ ఈ ప్రపంచంలో ఉన్నవే కదూ! వాటిని మనం అనుభవించక పోవచ్చు. కాని, వాటిని అనుభవించిన వారికి వాటిని అనుభవించడం వల్ల సంతృప్తి కలిగిందా? వారి మనస్సుల లోని ఆరాటం తీరిందా?

మన ఆరాటాలను తీర్చలేని అనుభవాలు ఇతరుల ఆరాటాలను కూడా తీర్చలేవు. అలాగే ఇతరుల అసంతృప్తిని పోగొట్టలేని అనుభవాలు మన అసంతృప్తిని కూడా పోగొట్ట లేవు అనేదే మనం ఋజుత్వముతో నిదానంగా అర్థం చేసుకోవలసిన సత్యం.

అర్థమైతే, తన సమస్యకు విషయాలలో పరిష్కారం లేదని గ్రహించి, మనస్సు విషయాల నుండి నివృత్త మవుతుంది. గ్రహించ లేని మనస్సు - అది మేధావిలో ఉన్నా, శాస్త్రజ్ఞునిలో ఉన్నా, పండితునిలో ఉన్నా - వాస్తవానికి విషయాల చుట్టూ తిరుగుతూ ప్రపంచం లోనే పరిభ్రమిస్తూ ఉంటుంది.

ప్రపంచం ఎవరి నైనా ప్రేరేపిస్తుంది. విషయాలు ఎవరి నైనా రెచ్చగొడతాయి. అవగాహన లేని వారిని ఆకర్షించ గలుగుతాయి. అవగాహన కలిగిన వారి ముందు తోకలు ముడుచు కుంటాయి.

విషయాలు రామతీర్థ స్వామిని రెచ్చగొట్టాయి. వివేకానందునిపై విరుచుకు పడ్డాయి. శంకరాచార్య స్వామి ముందు నిలబడి శంఖారావం చేశాయి. గౌతముని బుద్ధిపై యుద్ధాన్ని ప్రకటించాయి. కాని, వారి నెవ్వరినీ చలింప చేయలేక పోయాయి. కారణం ఏమిటో తెలుసా! వారి ఆంతర్యం లోని ఆరాటానికి బాహ్యంలో పరిష్కారం లేదని తెలిసి వారి మనస్సులను వారు వెనుదిప్పి అంతర్ముఖం చేసి ఏకాగ్రంగా నిలిపి వేశారు కనుక **(హిత్వా బాహ్య చిన్తామ్).**

ఆత్మ సంస్థితం

ఎప్పుడైతే చిత్తం విశేషంగా నియమించ బడిందో **(యదా వినియతం చిత్తం)** బాహ్యానికి సంబంధించిన ఆలోచనలు కదిలే అవకాశం లేనందున, మనస్సు ఆత్మ యందే స్థితమై ఉంటుంది **(ఆత్మని ఏవ అవతిష్ఠతి. స్వాత్మని స్థితిం లభతే ఇత్యర్థః).** ఇంతవరకు ఆరవ అధ్యాయంలో మనం అర్థం చేసుకున్నది, అంటే ఆత్మ యందు మనస్సు నిలకడను పొందినంత వరకు ఉన్న విషయం పతంజలి మహర్షి యోగదర్శనం లోని ఒక సూత్రంలో ఎలా నిక్షిప్తమై ఉందో చూద్దాం.

సూ॥ సత్త్వశుద్ధి సౌమన స్యైకా గ్ర్యేన్ద్రియజ యాత్మదర్శన యోగ్యత్వాని చ ॥

చిత్తశుద్ధి **(సత్త్వశుద్ధి),** మనోహర భావ సంపత్తి **(సౌమనస్యము)** ఏకాగ్రత **(ఏకాగ్ర్య),** ఇంద్రియ జయము **(ఇంద్రియ జయ),** ఆత్మ దర్శనానికి అర్హతలు **(ఆత్మదర్శన యోగ్యత్వాని)** అని పతంజలి యోగ దర్శనము - సాధన పాదము లోని నలభై ఒకటవ సూత్రము. ఈ సూత్రాన్ని జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకుంటే, ఇంతవరకు మనం ప్రయాణం చేసి గ్రహించిన దంతా కళ్ళ ముందు కనిపిస్తుంది.

కర్మయోగము చేత చిత్తశుద్ధి ఏర్పడి సౌమనస్యం సమకూరింది. ఆ తరువాత ధ్యాన యోగాభ్యాసంలో ఏకాగ్రత, ఇంద్రియ జయము ప్రాప్తించాయి. ఈ దశలో వినియత చిత్తము బహిర్ముఖ మయ్యే అవకాశం లేనందున ఆత్మ యందే నిలకడగా ఉండ గలుగుతుంది. ఇదే ఆత్మ సంస్థితి. ఇదే ఆత్మదర్శన యోగ్యత్వం. ఇదే యోగస్థితి. యోగంలో పూర్ణత్వము. మరి, మనం ఆ స్థితిని చేరినట్లు గుర్తించే దెలా?

కామనా రాహిత్యం

చిత్తము వినియతమై, ఏకాగ్రమై, బాహ్య చింతల నుండి సంపూర్ణంగా విడిపడి ఆత్మ యందు స్థిర మైతే, దాని ఫలితంగా సర్వ కామాల నుండి యోగి నివృత్తు డవుతాడు. కామనల యందు స్పృహ లేనివాడు అవుతాడు **(సర్వ కామేభ్యః నిస్పృహః).**

సర్వ కామాల యందు స్పృహ లేనివాడు అంటే ఆసక్తి లేనివాడు అని అర్థం. కామము లేదా కామన అంటే రెండు అర్థాలు. కోరిక అని ఒక అర్థము. విషయము అని మరొక అర్థము. కనుక, శబ్దాది విషయాలు కూడా కామములు అనే పిలువ బడుతాయి. సర్వ కామముల యందు స్పృహ లేని వాడు అంటే సర్వ కోరికలు ఉపశమించిన వాడు, అలాగే సమస్త విషయాల యందు ఆసక్తి లేనివాడు అని కూడా అర్థం. **సర్వ**

కామేభ్యః అనడం వల్ల, ఏవో కొన్ని కోరికలు లేనివాడు అని కాకుండా, సర్వ కోరికలు అంతరించిన వాడు అని గ్రహించాలి. ఈ విధమైన మానసిక స్థితి ఎవరికి ఉంటుందో వారికి యోగము సిద్ధించింది అని నిర్ధారణ చేసుకోవచ్చు. సర్వ కామనా రాహిత్యమే పూర్ణయోగ సిద్ధి ఫలం.

యోగ సిద్ధి ప్రాప్తించిన పూర్ణయోగి చిత్తాన్ని ఉపమానంతో విస్పష్టం చేస్తున్నాడు.

యథా దీపో నివాతస్థో నేఙ్గతే సోపమా స్మృతా ।
యోగినో యతచిత్తస్య యుఞ్జతో యోగమాత్మనః ॥ 19

యథా-దీపః-నివాతస్థః-న-ఇంగతే-సా-ఉపమా-స్మృతా
యోగినః-యతచిత్తస్య-యుంజతః-యోగం-ఆత్మనః

నివాతస్థః	= గాలి లేని చోట ఉన్న	యోగం	= యోగమును
దీపః	= దీపము	యుంజతః	= అభ్యసిస్తున్న
యథా	= ఏ విధంగా	యోగినః	= యోగి యొక్క
న ఇంగతే	= కదలక ఉండునో	యతచిత్తస్య	= నియమిత చిత్తమునకు
సా	= అది	ఉపమా	= దృష్టాంతముగ
ఆత్మనః	= ఆత్మ యొక్క	స్మృతా	= చెప్పబడింది

గాలి లేని చోట ఉంచిన దీపము చలించదు. నిగ్రహింప బడిన చిత్తముతో యోగమును అభ్యసించే యోగి యొక్క మనస్సు కూడా చలించదు. నిశ్చలంగా ఉంటుంది.

వ్యాఖ్య

వివేకము చేత జనించిన వైరాగ్యము కారణంగా సర్వ కామనా రాహిత్యం యోగికి ప్రాప్తించడము పద్దెనిమిదవ శ్లోకంలో చూశాము. ఆత్మ లక్ష్యంగా ప్రాప్తించిన యోగము నందు వృత్తి శూన్యంగా ఉండే మనస్సుకు ఉపమానాన్ని ప్రస్తుత శ్లోకంలో చూడబోతున్నాం.

విషయ నిర్ధారణ జరిగిన తరువాత, కేవలం ఉపమానార్థమే ఈ శ్లోకం ప్రత్యేకంగా చెప్ప బడింది. అసలు ఉపమానం యొక్క అవసర మేమిటి? ఉపమానం సంపూర్ణ జ్ఞానాన్ని ఇస్తుందా? అనేది శంక.

విషయం జటిల మైనపుడు సులభంగా అర్థం చేసుకోవడానికి ***(సుఖావబోధార్థం)*** విషయాన్ని అలాంటి సామ్యము కలిగిన మరొక విషయముతో పోల్చడం జరుగుతుంది ***(ఉపమీయతే అనయా ఇతి ఉపమా).*** ఇదే ఉపమానము.

ఒక విషయాన్ని గూర్చి వివరించ డానికి మరొక విషయాన్ని పోలికగా గ్రహించి నపుడు, అలా గ్రహింప బడిన విషయం యొక్క లక్షణాలను వివరింపబడే విషయం మీద ఆపాదించే ప్రమాదము కూడా ఉంటుంది.

'కమలదళ లోచనుడు' అన్నప్పుడు, వ్యక్తి యొక్క నేత్రాలకు, కమలము యొక్క రేకులు దృష్టాంతంగా చెప్పబడ్డాయి. ఇది ఉపమానము, లేదా పోలిక. మరి 'తామర పువ్వు రేకుల వంటి' అనే ఉపమానం ఇచ్చినపుడు, అవి వికసించిన పూలరేకులా? లేక వాడిన పూలరేకులా? అనే సందేహం వస్తుంది. అదీ గాక, తామర పూల రేకులు సాయంత్రానికి వాడిపోయి సౌందర్యాన్ని కోల్పోతాయి కదా! అలాగే కమలదళ లోచనాలు కూడా కాంతిని కోల్పోతాయి అని అర్థమా? కానే కాదు. కనుక దృష్టాంతము అనేది ఎప్పుడైనా, ఎక్కడైనా ఏకదేశీయం గానే ఉంటుంది.

ఉపమానము అనేది పోలికే కనుక, ఉపమానము సంపూర్ణ జ్ఞానమును కలిగించదు. కాకపోతే విషయాన్ని అర్థం చేసుకొనే ప్రయత్నానికి సహకరిస్తుంది. విషయానికి కొస్త సమీపంగా నడిపిస్తుంది.

పాలు సున్నపు తేట లాగా ఉంటాయి అన్నప్పుడు, పోలిక రంగు లోనే కాని గుణంలో కాదు. పాలు కొంగ లాగా తెల్లగా ఉంటాయి అని కూడా చెప్పవచ్చు కదా! చెప్పవచ్చు. కాకపోతే, కొంగ జడము కాదు, పైగా ఎగిరి పోతుంది.

పాలు జడము, సున్నపు తేట కూడా జడము. పాలు ద్రవము, సున్నపు తేట కూడా ద్రవము. పాలు తెల్లగా ఉంటాయి, సున్నపు తేట కూడా తెలుపే. ఇలా చూచి నపుడు పాలు కొంగ లాగా తెల్లగా ఉంటాయి అనే పోలిక కన్నా, సున్నపు తేట లాగా తెల్లగా ఉంటాయి అని చెప్పడం వల్ల విషయ సామీప్యం లభిస్తుంది. ఉపమానం ప్రయోగించే టప్పుడు ఇలాంటి విషయాల్ని మనస్సులో ఉంచుకుంటే ఉపమానం దీప్తిమంత మవుతుంది. అలాగని ఉపమానం విషయానికి సంబంధించి సంపూర్ణ జ్ఞానాన్ని ఇవ్వలేదు. ఉపమానాన్ని ప్రయోగించాలన్నా, పరిశీలించాలన్నా ఈ విషయాన్ని విస్మరించ కూడదు. ఉపమానం వల్ల విషయ గ్రహణం సులభతర మవుతుంది. అంతే.

ఆత్మయోగమును ***(ఆత్మనః యోగమ్)*** అభ్యసిస్తున్న ***(యుంజతః)*** మనో విగ్రహము గల యోగికి ***(యత చిత్తస్య యోగినః)*** వాతశూన్య ప్రదేశములో ఉన్న దీపము ***(నివాతస్థః దీపః)*** ఉపమానంగా చెప్పబడింది ***(ఉపమా స్మృతా).***

గాలి లేని చోట దీపం

వాతము అంటే గాలి. నివాతము అంటే గాలి లేక పోవడము. **నివాతస్థః** అంటే గాలి లేని చోటు. అలాంటి వాతశూన్య ప్రదేశము నందు ఉంచబడిన దీపము నివాతస్థ దీపము ***(వాత వర్జితే ప్రదేశే స్థితః దీపః).*** అంటే అంతర్గృహము నందు ఉంచబడిన దీపము అని అర్థము.

బట్టల్ని బయట ఆర బెడతాము. దీపాన్ని ఇంట్లో వెలిగిస్తాము. ఇంటిలో బట్టలు ఆరవు. బయట దీపము వెలగదు.

వెలిగే దీపము చలించడము మనము చూస్తూ ఉంటాము. దీపము చలించడము అనే కార్యానికి వాయువు హేతువుగా ఉంటుంది. గాలి వీచ నపుడు దీపం చలించదు. గాలి వీచి నపుడే దీప చలనాన్ని మనం చూస్తాము.

ఇంటిలో దీపం వెలుగుతూ ఉంటుంది. దీప చలనానికి కారణమైన గాలి బయట ఉంటుంది. బయటి గాలి గుమ్మం ద్వారా లేదా కిటికీల ద్వారా లోనికి ప్రవేశించి నపుడు, ఆ వాయు చలనానికి దీపం చలిస్తుంది. అలాంటి సమయాలలో దీపం ఆరిపోకుండా మనము తలుపులు, కిటికీలు మూసేస్తాము. ఇక గాలి లోనికి రాలేదు. దీప చలనానికి హేతువైన గాలి ఎప్పుడైతే లోనికి ప్రవేశించ లేదో, అప్పుడు దీపం చలించదు ***(న ఇంగతే, న చలతి).*** నిశ్చలంగా ఉంటుంది. అదే నివాతస్థ దీపం. అంటే, గాలి లేని చోట ఉన్న దీపం.

అంతర్యంలో ధ్యాన దీపం

ఇంట్లో దీపం ఎలా ప్రకాశిస్తూ ఉందో, అలా యోగి అంతఃకరణములో చిత్త దీపము ఆత్మ లక్ష్యముగా ప్రకాశిస్తూ ఉంది. గృహంలో వెలుగుతున్న దీపము ఎలాగైతే చలించడం లేదో, అలాగే యోగాభ్యాసము నందున్న చిత్తము కూడా చలించడం లేదు ***(న చలతి).***

దీపాన్ని బాహ్యం లోని గాలి చలింప చేస్తుంది. చిత్తాన్ని బాహ్యం లోని విషయాలు చలింప చేస్తాయి. బయట ఉన్న గాలి గృహం లోకి రాకుండా తలుపులు, కిటికీలను మూసేస్తే, దీపం చలించకుండా నిశ్చలంగా ఉంటుంది. అలాగే బయట ఉన్న విషయాలను మనస్సు లోకి ప్రవేశించకుండా ఇంద్రియాలను నియమిస్తే (6- 12) చిత్తం విగ్రహింప బడుతుంది *(సంయత అంతఃకరణస్య).* అట్టి చిత్త దీపము గాలి లేని చోట దీపం లాగా నిశ్చలంగా ఉంటుంది. ఇది ఉపమానము. ఈ విధమైన దృష్టాంతము ద్వారా స్థిరచిత్తాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి అని యోగజ్ఞుల చేత చెప్పబడింది *(యోగజ్ఞైః స్మృతా చిన్తితా).*

ఆగితేనే సాగుతుంది

గాలి వీచ నపుడే దీపం ప్రకాశించడం జరుగుతుంది. విషయ వాసనా గాలులు ఆగి నపుడే ఆత్మ యోగంలో చిత్త దీపము చలించకుండా ఉంటుంది. దీపం చలిస్తూ ఉంటే గృహ వ్యవహారాలు నిర్వహించడం జరగదు. చిత్త దీపం చలిస్తూ ఉంటే ఆత్మయోగమును అభ్యసించడం కుదరదు. అందుచేత, ఆత్మయోగాన్ని అనుష్ఠిస్తున్న యోగికి *(యుంజతః యోగం ఆత్మనః)* గాలి లేని చోట నిశ్చలముగా ప్రకాశిస్తున్న దీపము దృష్టాంతముగా చెప్ప బడింది.

ఆత్మనః యోగం యుంజతః - 'ఆత్మయోగమును అనుష్ఠిస్తున్న యోగికి' అనే వ్యాఖ్యానము నందు దార్ష్టాంతికము లేదు కదా అనేది సంశయము. చిత్తము ఏ అవస్థలో ఉన్నా ఆత్మ కన్నా వేరుగా లేదు. మనస్సు ఆత్మాకారమే అయినపుడు, ఆత్మ పదానికి వైయర్థ్యం సంభవిస్తుంది అనేది శ్రీ మధుసూదన సరస్వతి అభియోగము. వైయర్థ్యము అంటే వ్యర్థత్వము అని అర్థము. ఆత్మ పద ప్రయోగము వ్యర్థ మవుతుందని భావము. ఈ కారణం చేతనే దార్ష్టాంతికమును ప్రతిపాదించడం కొరకే ఆత్మ పదము అని గ్రహించాలి అంటాడు.

ఎందుచేత నంటే, యోగం చేత మనస్సు ఆత్మాకారమును పొందదు. మనస్సు కూడా ఆత్మే కదా! ఆత్మే అయిన మనస్సుకు అనాత్మాకారము ఆపాదించ బడింది. యోగము మనస్సుకు ఆపాదించ బడిన అనాత్మాకారాన్ని తొలగిస్తుంది. మనస్సు ఆత్మగా ప్రకాశిస్తుంది. మనస్సు కూడా ఆత్మే. కాని, ఆత్మ మనస్సు కాదు. ఇదీ, అవగాహన. అంటే, వృత్తి శూన్యమైన చిత్తానికి సహజంగా ఏ నిర్వికార స్థితి ఉందో, ఆ స్థితిలో గాలి లేని చోట దీపం లాగా చిత్తము ఆత్మాకారంగా ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది. దీనినే యోగశాస్త్రంలో 'అసంప్రజ్ఞాత సమాధి' అంటారు.

మనసో వృత్తి శూన్యస్య నిర్వికారాత్మనా స్థితిః
అసంప్రజ్ఞాత నామాఽసౌ సమాధి ర్యోగినాం ప్రియః ॥

సమస్త మైన వృత్తులు మనస్సులో అంతరించి నపుడు, మనస్సు ఏ వికారము లేని స్థితిలో ఉంటుంది *(నివాత స్థిత దీపవత్).* దీనినే 'అసంప్రజ్ఞాత సమాధి' అంటారు. ఇది యోగులకు చాలా ప్రియ మైనది అంటారు శ్రీ శంకరుల వారి పరమ గురువులైన శ్రీ గౌడపాదాచార్యుల వారు. ఈ విధంగా వృత్తి రహిత చైతన్యానికి నివాతస్థ దీపము ఉపమానంగా స్మరించబడింది.

ఈ వినుము నివాత స్థానంబున గంపన రహిత దీపము వెలింగెడు చా
డ్పు ననంత రాత్మ వెలుగుచు మునికి ప్రసాదంబు భంగి యుత్తమ ధిషణా ॥

అని తిక్కనామాత్యుని ఆంధ్ర మహాభారతము - శాంతి పర్వము.

ధ్యానయోగి చిత్తము నివాతస్థ దీప స్థాయికి చేరగానే నిశ్చలమై, నిర్మలమై శాంతిని పొందుతుంది.

ఈ సమాధి యోగాన్ని, దాని వైభవాన్ని మరియు విశిష్ట ఫలాన్ని వరుసగా నాలుగు శ్లోకాలలో చెబుతున్నాడు.

యత్రోపరమతే చిత్తం నిరుద్ధం యోగసేవయా ।
యత్ర చైవాత్మ నాత్మానం పశ్యన్నాత్మని తుష్యతి ॥ 20

యత్ర-ఉపరమతే-చిత్తం-నిరుద్ధం-యోగసేవయా
యత్ర-చ-ఏవ-ఆత్మనా-ఆత్మానం-పశ్యన్-ఆత్మని-తుష్యతి

యోగసేవయా	= యోగాభ్యాసము చేత	ఆత్మానం	= ఆత్మను
నిరుద్ధం	= నియమింపబడిన	ఆత్మనా	= ఆత్మ చేత
చిత్తం	= చిత్తము	పశ్యన్	= దర్శిస్తూ
యత్ర	= ఎక్కడ	యత్ర చ ఏవ	= ఏ స్థితి యందుండుట వలన
ఉపరమతే	= శాంతిని పొందుచున్నదో	తుష్యతి	= ఆనందమును పొందునో
ఆత్మని	= ఆత్మ యందు		

యోగాభ్యాసము చేత నిగ్రహింప బడిన మనస్సు ఇక్కడే శాంతిని పొందుతూ ఉంది. శుద్ధిపడిన మనస్సు చేత ఆత్మను ఆత్మ యందే దర్శిస్తూ యోగి ఆనందాన్ని పొందడము కూడా జరుగుతూ ఉంది.

వ్యాఖ్య

యోగాభ్యాసము యొక్క బలం చేత ఏకాగ్రమై, గాలి లేని చోట దీపంతో సమానంగా ప్రకాశించే చిత్తము ***(చిత్తమ్)*** ఎప్పుడైతే యోగానుష్ఠానము చేత ***(యోగ సేవయా)*** నిరోధింపబడి ***(నిరుద్ధం)*** వృత్తి శూన్యమై శాంతిస్తుందో ***(ఉపరమతే)*** అప్పుడు శుద్ధ బుద్ధి చేత ***(ఆత్మనా)*** సత్య జ్ఞానానంద స్వరూపమైన ఆత్మను ***(ఆత్మానం)*** సాక్షాత్కరించుకొని ***(పశ్యన్)*** యోగి తన ఆత్మ యందే ***(ఆత్మని)*** ఆత్మానందాన్ని పొందుతాడు ***(తుష్యతి).***

ధ్యానయోగ స్వరూప స్వభావాలను, ఫల విశేషాన్ని వరుసగా వివరించే నాలుగు శ్లోకాలలో మొదటి దైన ఈ శ్లోకంలో ప్రధానంగా రెండు విషయాలు విస్పష్ట మవుతున్నాయి. ధ్యానయోగమును నిరంతరాయంగా అభ్యసించిన ఫలితంగా వృత్తి నిరోధం జరిగి, నిర్వ్యాపార మైన చిత్తము బాహ్య సంచారము నుండి విరమించింది. ఇది మొదటి విషయము. అలా నిరింధ నాగ్ని వలె (కట్టెలు లేని అగ్ని వలె) ఉపశమించిన చిత్తము ఆత్మను సాక్షాత్కరించుకొని, ఆత్మ యందే ఆనందించడం జరుగుతుంది. ఇది రెండవ విషయము.

చిత్తశాంతి

ఏ వృత్తులు లేని అవస్థలో మనస్సు నిర్వికారంగా ఉండుటను 'అసంప్రజ్ఞాత సమాధి'గా పూర్వ శ్లోకంలో చూశాం. ఈ దశలో ధ్యేయ విషయానికి సంబంధించిన ఏక విషయ వృత్తి ప్రవాహ రూపంలో మనస్సు ఏకాగ్రమై ఉండింది. శుద్ధ సాత్త్విక మైన ఈ వృత్తికి ఆత్మయే దర్శనీయంగా ఉంటుంది. ఈ స్థితి మోక్ష హేతువుగా తెలుస్తూ ఉంది.

ఈ దశలో ఏ విధమైన విక్షేపానికి అవకాశం లేకుండా వృత్తి శూన్యమైన చిత్తము సర్వ వృత్తులతో పాటు, వాటి సంస్కారాలను కూడా దగ్ధం చేసి శాంతించి ఉంది. ఇదే యోగశాస్త్రం ప్రతిపాదించిన నిరుద్ధావస్థ. ఈ అసంప్రజ్ఞాత దశ యందే ప్రారబ్ధము క్షయమై, మోక్షప్రాప్తి సిద్ధిస్తుంది.

ఇక్కడ ఒక్క విషయాన్ని జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి. వృత్తి రహిత స్థితిలో శుద్ధ చైతన్యము స్వప్రకాశమై శోభిస్తూ ఉంది. ఇది బుద్ధికి సంబంధించిన జ్ఞానము కాదు. ఇది ఉపహిత జ్ఞానము.

స్ఫటికం ప్రక్కన మందార పుష్పాన్ని ఉంచి నపుడు, ఆ కుసుమము యొక్క ప్రతిబింబము మనకు స్ఫటికంలో గోచరిస్తుంది. అదే పుష్పాన్ని స్ఫటికానికి దూరం చేసి నపుడు, స్ఫటికం తన సహజ సిద్ధమైన శుద్ధత్వముతో కనిపిస్తుంది.

అలాగే వృత్తి అనేది చైతన్యములో ప్రతిఫలించి నపుడు చైతన్యాత్మ వృత్తి సహితంగా గోచరిస్తుంది. వృత్తి శూన్య మైనపుడు చైతన్యమే శుద్ధమై భాసిస్తుంది. ఇదే పురుషుని నిజ స్వరూపము.

మందార పుష్పము అనే ఉపాధిని బట్టి స్ఫటికంలో ఎరుపు వర్ణము కనిపించింది. జపాకుసుమము అనే ఉపాధి నుండి విడిపడిన స్ఫటికము శుద్ధమై భాసించినట్లు, వృత్తి సహిత మైన బుద్ధిరూప ఉపాధి నుండి వినిర్ముక్త మైన ఆత్మ శుద్ధ చైతన్యమై ప్రకాశిస్తుంది. ఉపాధి వినిర్ముక్త మైన ఈ స్థితి లోని జ్ఞానము బుద్ధి రూపమైంది కాదు. స్వరూప జ్ఞానము. ఆత్మజ్ఞానము. ఆత్మయే బ్రహ్మము అనే బ్రహ్మాత్మ జ్ఞానము. ఈ విధంగా వృత్తి నిరోధమును కలిగించి, ఆత్మదర్శనంతో, ఆత్మానందాన్ని పొందే స్థితికి ధ్యానయోగము యోగిని నడిపిస్తుంది.

ఆత్మానందము

ధ్యానము నిశ్చలమైన బుద్ధిని తయారు చేస్తూ ఉంది. విశుద్ధమై, నిశ్చలమైన బుద్ధిలో ఆత్మ సాక్షాత్కరింప బడుతూ ఉంది ***(నిశ్చల బుద్ధేః పరమాత్మ వేదనమ్).*** కర్మయోగము ద్వారా బుద్ధి ఎలా విశుద్ధ మవుతుందో మనం ఇదివరకే స్పష్టంగా అర్థం చేసుకున్నాం. ఇప్పుడు ధ్యానం వల్ల విశుద్ధ మైన బుద్ధిలో నైశ్చల్యం ఏర్పడింది. ఈ విధంగా విశుద్ధమై, నిశ్చలమైన ప్రశాంత బుద్ధిలో ఆత్మ సాక్షాత్కరింప బడుతుంది.

ఆత్మ సాక్షాత్కరింప బడింది అంటే ఆత్మయే ఉత్కృష్ట మైనదిగా, అనంత మైనదిగా, అఖండ మైనదిగా, సర్వకారణంగా తెలియ బడింది అని అర్థము. ఈ విధమైన జ్ఞానాన్ని పొందడానికి ధ్యానం బుద్ధిని సిద్ధ పరుస్తుంది. ప్రతిబంధకాలను నిర్మూలించి బుద్ధిని సిద్ధం చేస్తుంది.

ఇక్కడ ప్రధానమైన విషయాన్ని మనం విస్మరించ కూడదు. సాధకునికి పరమావధి మోక్షమే గాని మరొకటి కాదు. మోక్షము జ్ఞాన రూపంలో ఉంది కనుక, సంసార దుఃఖ నివారణార్థం మోక్షమును పొందాలని ఆశించే ముముక్షువు, జ్ఞానార్జన కొరకు జిజ్ఞాసువుగా మారుతున్నాడు. కనుక, ఆత్మజ్ఞానమును పొందడమే సాధకుని ప్రధాన లక్ష్యము.

ఆత్మ ఒక్కటే నిత్య ముక్తం కనుక ఆత్మజ్ఞానమును పొందనిదే మోక్షము లభించదు. బుద్ధి సిద్ధ పడి నపుడే ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. అందుచేత బుద్ధి శుద్ధి పడేందుకు కర్మయోగము, బుద్ధి నైశ్చల్యము కొరకు ధ్యానము ప్రముఖంగా ప్రస్తావింప బడుతూ ఉన్నాయి. కాని, కేవలం మనస్సు శుద్ధి పడి, బుద్ధిలో నిశ్చలత ఏర్పడినంత మాత్రాన ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది అని భావించ కూడదు. ఆత్మ తనంతట తాను వ్యక్తం కాదు. ఆత్మజ్ఞానము కలిగితేనే ఆత్మ సాక్షాత్కరింప బడుతుంది. ఆత్మజ్ఞానము అనేది ప్రమాణ ఫలమే గాని, బుద్ధి జన్యం కాదు. ప్రమాణం కేవలం గురుబోధ వల్లనే కలుగుతుంది. కాని, గురుబోధ ఫలించాలంటే, బుద్ధి సిద్ధపడి ఉండాలి. బుద్ధిని సిద్ధ పరచేందుకే కర్మయోగ మైనా, ధ్యానమైనా. ఈ తారతమ్యాన్ని సాధకులు చక్కగా గుర్తించి గ్రహించాలి.

నిశ్చల బుద్ధిలో ఆత్మ సాక్షాత్కరింప బడుతుంది. బుద్ధిలో సాధారణంగా వృత్తులు ఉంటాయి. బుద్ధి వృత్తికి ఆధార ముందా, లేదా? నిరాధారంగా బుద్ధి వృత్తి ఏర్పడుతుందా?

సముద్రంలో కెరటాలు ఉంటాయి. లేచిన కెరటానికి ఆధారం ఉందా, లేదా? సముద్రము ఆధారంగా ఉంది కనుకనే కెరటము లేస్తూ ఉంది. అలాగే చైతన్యం ఆధారంగా ఉన్నందునే బుద్ధి వృత్తి ఏర్పడుతూ ఉంది.

కెరటం లేవక ముందు ఆధారమైన సముద్రం ఉంది. లేచిన కెరటం పడిపోయిన తరువాత కూడా సముద్రం ఉంది. మరి, కెరటం లేచిన క్షణంలో సముద్రం లేదా? సముద్రం లేకపోతే కెరటం ఎలా లేస్తుంది? కెరటంలో ఉన్నది కూడా కెరటానికి ఆధారమైన కడలియే కదా!

లేచిన ప్రతి అలకు సముద్రమే ఆధారము. కాని, ఏ అల మీద కూడా సముద్రం ఆధారపడి లేదు. తరంగ తాండవంలో దివ్యంగా శోభించిన సాగరమే, అలలు ఆగిన దశలో నిస్తరంగంగా భాసిస్తూ ఉంది.

బుద్ధిలో వృత్తి కదలక ముందు చైతన్యం దివ్యంగా భాసిస్తూ ఉంది. వృత్తి ఆగిన దశలో కూడా చైతన్యం ఉంది. ఎలా? వృత్తి రహితంగా. అదే వృత్తి రహిత చైతన్యము. మరి, వృత్తి సంభవానికి ముందు, వృత్తి లయానంతరము ప్రకాశిస్తున్న చైతన్యము, వృత్తి ప్రకాశ స్థితిలో లేదా? చైతన్యం లేకుండా వృత్తికి మనుగడ సాధ్యమా?

వృత్తి పుడుతుంది. వృత్తి లయిస్తుంది. వృత్తికి రాకపోక లున్నాయి. చైతన్యానికి రాకపోకలు లేవు. చైతన్యము ఏదో కాదు. ఆత్మయే. కనుక సర్వాధారమై, నిరాధారంగా శోభించే ఆత్మ క్రొత్తగా పుట్టేది కాదు. పుట్టి పోయేదీ కాదు. ఆత్మ లేని కాలాన్ని ఊహించ లేము. ఎందుకని? ఆత్మ కారణం గానే కాలం తెలుస్తూ ఉంది కనుక.

ఆత్మ రాకుండానే ఉండేది కనుక, పోకుండా ఉంటుంది. ఇదే ఆత్మ యొక్క సత్స్వరూపం. సదాత్మ స్వరూపం. ఆత్మ సదా ఉంది. సదా ఉండే ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానం కూడా సదా ఉంది. కనుకనే సదాత్మను చిదాత్మ అని కూడా అంటున్నాము. ఇదే సచ్చిదాత్మ.

సచ్చిదాత్మకు పరిమితా లున్నాయా? సచ్చిదాత్మ పరిచ్ఛిన్నంగా ఉంటుందా? సదా, సర్వత్ర జ్ఞాన పూరితంగా ఉండేది పరిచ్ఛిన్న మెలా అవుతుంది? పరిచ్ఛిన్నం కాదు కనుక సచ్చిదాత్మ అనంతంగా ఉంది. అనంతమైన సచ్చిదాత్మలో దుఃఖ ముంటుందా? అనంతమైన సచ్చిదాత్మలో ఏమి రాలేదని దుఃఖం కలుగుతుంది? ఏది పోయిందని అసంతృప్తి ఏర్పడుతుంది? అనంతంలో వెలితికి అవకాశం లేదు కనుక సచ్చిదాత్మ ఆనంద స్వరూపము. సచ్చిదానంద స్వరూపము. కనుక, ఆత్మ సదాత్మ. ఆత్మ చిదాత్మ. ఆత్మ ఆనందాత్మ. ఆత్మ సచ్చిదానందాత్మ.

ఇదే సాధకుని స్వరూపము. సాధకుడు సాధ్యమైన ఆత్మే. ఆత్మ ఎప్పుడూ ఉన్నదే కనుక సాధకుడు సాధ్యమే. వాస్తవానికి సిద్ధమే. సాధకుడు సదా ఆత్మ అయ్యే ఉన్నాడు. కాకపోతే, ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానం లేకుండా ఉన్నాడు. జ్ఞానం అందితే, తానే ఆత్మ అని తెలుసుకొని, అఖండాత్మగా శోభిస్తాడు.

ఆత్మజ్ఞానము గురువు ఇస్తేనే కలుగుతుంది. గురుబోధలో జ్ఞానవృత్తి పుడుతుంది. అది అజ్ఞాన వృత్తిని నశింప చేస్తుంది. వృత్తి అనేది ఏదైనా బుద్ధి లోనే కలగాలి. ఈ విషయంలో జ్ఞాన వృత్తి విలక్షణంగా లేదు. కాకపోతే, గురుబోధలో లభించే జ్ఞాన వృత్తి బుద్ధిలో ఏర్పడాలి అంటే బుద్ధి విశుద్ధం గాను, నిశ్చలం గాను ఉండాలి. ఈ విధమైన బుద్ధి నైశ్చల్యం ధ్యానం వల్ల ప్రాప్తిస్తుంది. శుద్ధి పడిన బుద్ధిలో గురుబోధ ఫలంగా, ప్రమాణ ఫలంగా జ్ఞానవృత్తి ఉద్భవించి, అజ్ఞానాన్ని, అజ్ఞాన జనిత సంసారాన్ని నశింప చేస్తుంది **(తేనైవ సంసార సమూల నాశః).** ఇదే జ్ఞానదృష్టి, జ్ఞాన వైభవము. శ్రుతి ప్రమాణంగా ప్రాప్తించిన స్వరూప జ్ఞాన వైభవము.

మతి గలవాడే మానవుడు
మతి పతియైతే వానరుడు
అంతా మతి యైతే శ్రుతి ఎందుకు?
శ్రుతి ఉంటేనే యతి ముందుకు
మాయలే మతికి రాస్తాలు
మహిమలు శ్రుతికి నేస్తాలు
రామ రామ జయ రాజారామ్
రామ రామ జయ సీతారామ్

అని రామజోగి చిట్కా.

జ్ఞానదృష్టి ఏర్పడి నందున, ఉపాధులను చూడలేని ఈ స్థితిలో ఆత్మయే సాక్షాత్కరింప బడుతూ ఉంది. ఆత్మదర్శనం జరుగుతూ ఉంది. ఆనంద స్వరూపమైన ఆత్మ సాక్షాత్కారంలో ఆనందమే అనుభూతిగా ఉంది. ఆత్మను సాక్షాత్కరించు కొనిన యోగి బ్రహ్మాత్మజ్ఞానంతో తన ఆత్మ యందే ఆత్మానందమును పొందుతున్నాడు ***(ఆత్మనా ఆత్మానం పశ్యన్ ఆత్మని తుష్యతి).***

న మోదతే మోదనీయం హి లబ్ధ్వా - ఆనంద రూపమైన దానిని ***(మోదనీయం)*** పొందిన వాడై ***(లబ్ధ్వా)*** ఆనందమును అనుభవించు చున్నాడు ***(మోదతే)*** అన్నది ఉపనిషత్తు. అలాగే ఇక్కడ యోగి ఆనంద స్వరూప మైన ఆత్మను పొందిన వాడై, తన ఆత్మ యందే ఆత్మానందమును అనుభవిస్తున్నాడు ***(స్వే ఏవ ఆత్మని తుష్యతి తుష్టిం భజతే).***

నిరంతర యోగాభ్యాసం చేత సర్వవృత్తి శూన్యత్వము ప్రాప్తించి, స్వరూపము నందు సుస్థిర మైన స్థితిని, ఆత్యంతిక స్థితిని పొందడం జరిగింది. అంతము లేని స్థితిని ఆత్యంతికం అంటారు.

ఆత్మ యొక్క ఆత్యంతిక స్థితిని పొందిన యోగికి ప్రాప్తించే సుఖము కూడా ఆత్యంతికమే కదా! ఆ విషయాన్నే చెబుతున్నాడు.

సుఖ మాత్యన్తికం యత్త ద్బుద్ధిగ్రాహ్య మతీన్ద్రియమ్ ।
వేత్తి యత్ర న చైవాయం స్థిత శ్చలతి తత్త్వతః ॥ 21

సుఖం-ఆత్యంతికం-యత్-తత్-బుద్ధిగ్రాహ్యం-అతీంద్రియం
వేత్తి-యత్ర-న-చ-ఏవ-అయం-స్థితః-చలతి-తత్త్వతః

యత్	= ఏది	యత్ర	= ఎక్కడ
అతీంద్రియం	= ఇంద్రియ గ్రాహ్యము కానిది	వేత్తి	= తెలిసికొను చున్నాడో (తత్ర=ఆ స్థితి యందు)
బుద్ధిగ్రాహ్యం	= బుద్ధికే గ్రాహ్య మైనది	స్థితః	= ఉన్నవాడైన
ఆత్యంతికం	= పరమమైన	అయం	= ఈ యోగి
తత్	= ఆ	తత్త్వతః	= తత్త్వము నుండి
సుఖం	= సుఖమును	న ఏవ చలతి	= ఏ మాత్రము చలించదు

ఆత్మ సుఖము ఇంద్రియాలకు గోచరం కాదు. బుద్ధి చేతనే గ్రహింప బడుతుంది. ఈ సుఖం అంతం లేనిది. ఆత్మ స్వరూపంలో స్థిరపడిన యోగి ఆత్మానుభూతి నుండి చలించడు.

వ్యాఖ్య

సుఖాన్ని ఆశించే ప్రతి ఒక్కరు ఈ ప్రపంచంలో కర్మలు ఆచరిస్తూ ఉంటారు కనుక, ఎక్కడో ఒక చోట, ఎప్పుడో ఒకప్పుడు కర్మలను పూర్తిగా ఆపేసి, ఆశించిన సుఖాన్ని అనుభవించాలనే ఆశ తోనే ఉంటారు. కాని, కర్మలను శాశ్వతంగా ఆపేసి సుఖానుభవంలో ఉన్న వారిని ఎక్కడా మనం చూడలేము. ఎవరిని చూచినా కర్మ ప్రవాహంలో కొట్టుకొని పోయే వారే కనిపిస్తారు. వారు ఆశించింది లభ్యం కాలేదు కనుక కర్మలను విడిచి పెట్టరు.

అంటే, కర్మల వల్ల సుఖాలు ప్రాప్తించడం లేదని కాదు. ప్రాప్తిస్తున్నాయి. అలా ప్రాప్తించే సుఖాలు స్వల్పంగా ఉన్నాయి. అల్పంగా ఉన్నాయి. చాలా పెళుసుగా ఉన్నాయి. పట్టుకుంటే విరిగి పోతున్నాయి. ముట్టుకుంటే ముక్క లౌతున్నాయి. చేజిక్కినట్లే కనిపించి చేజారి పోతున్నాయి. ఆద్యంతాల మధ్య సాగే కర్మలు ప్రసాదించే సుఖాలు కూడా ఆద్యంతాలు కలిగి ఉంటాయి. కనుక, ఎవ్వరూ కర్మల నుండి విడిపడ లేక పోతున్నారు.

దీనికి భిన్నంగా జ్ఞానము గల యోగులు సుఖ సాగరంలో ఓల లాడుతూ, ఆ స్థితి నుండి చలించకుండా ఉంటున్నారు. ఈ విధమైన సుఖం ప్రాప్తించని వారు కర్మల నుండి వేరు కాలేక అలమటిస్తూ ఉంటే, ప్రాప్తించిన వారు, అంటే నిత్య సుఖానుభూతిని పొందిన వారు ***(వేత్తి తత్ ఈదృశం సుఖం అనుభవతి)*** అట్టి ఆనంద స్వరూపము నుండి చలించడం లేదు ***(న ఏవ చలతి తత్త్వతః).*** అదే యోగికి అనుభూతిగా తెలుస్తున్న ఆత్యంతిక సుఖము. అట్టి సుఖము ఎలాంటిది అంటే, ఇంద్రియాలకు అతీత మైనది. బుద్ధి చేతనే గ్రహింప బడేది. అనంత మైనది.

అతీంద్రియ సుఖము

ఆత్యంతిక సుఖము ఇంద్రియాలకు అందనిది. అంటే విషయాల వల్ల కలిగేది కాదు అని అర్థము ***(అతీంద్రియమ్, ఇంద్రియ గోచరాతీతమ్, అవిషయ జనితం ఇత్యర్థః).***

ఇంద్రియాలు ఐదు; అలాగే ఇంద్రియ విషయాలు కూడా ఐదు. శ్రోత్రాది జ్ఞానేంద్రియాలకు శబ్దాదులు విషయాలై ఉన్నాయి. ఇంద్రియ సుఖము అంటే, ఆయా ఇంద్రియాలకు ఆయా విషయాలతో సంబంధము ఏర్పడినపుడు కలిగే సుఖము అని అర్థము.

ఇక్కడ ఇంద్రియాలు, ఇంద్రియ విషయాలు ఐదుగా తెలుస్తూ ఉన్నా, వాటి సంయోగములో ఏర్పడే సుఖం మాత్రము ఒక్కటే. విషయాలు ఐదు ఉన్నాయని, ఇంద్రియాలు ఐదు ఉన్నాయని సుఖాలు ఐదు లేవు. సుఖమే ఉంది. సుఖం ఒక్కటే.

ఆత్యంతిక సుఖము విషయేంద్రియ సంయోగ జనితం అయ్యేటట్లైతే, ఏ ఇంద్రియానికి సంబంధించిన సుఖము ఆత్యంతిక సుఖమో నిర్ణయించ వలసి ఉంటుంది. అది శబ్ద సంయోగము వలన శ్రోత్రానికి కలిగే సుఖమా? రూప సంయోగం వల్ల నేత్రానికి కలిగే సుఖమా? స్పర్శ వలన చర్మానికి కలిగేదా? రుచి వల్ల నాలుకకు కలిగేదా? వాసన వల్ల ఘ్రాణానికి కలిగేదా? వీటిలో ఏ ఒక్కటి ఆత్యంతిక సుఖ మని చెప్పినా, మిగిలినవి కావు అని అర్థము. ఇంద్రియాల స్థితిగతులు, విషయేంద్రియ సంయోగ విధానాలు ఒకే విధంగా ఉండే టప్పుడు ప్రత్యేకించి ఒక్క ఇంద్రియానికి సంబంధించిన సుఖాన్ని ఆత్యంతిక సుఖ మని ఎలా చెప్పగలం?

అది కూడా గాక, విషయేంద్రియ సంయోగము వలన ఏర్పడే సుఖము మార్పు చెందుతూ ఉంది. ఆ మార్పుకు కారణమైంది, మార్పును నిర్ణయించేది మనస్సే అయి ఉంది గాని, ఇటు ఇంద్రియాలూ కావు, అటు

విషయాలూ కావు. అందుచేతనే ఒకప్పుడు ఇష్ట మైనవి, రుచికర మైనవి, అదే వ్యక్తికి మరొకప్పుడు అయిష్టంగా, అరుచిగా మారి పోతూ ఉన్నాయి. ఈ విధంగా పరిమితమై, పరిణామ శీలమై, మనస్సు చేత నిర్ణయింపబడే అనిత్య విషయేంద్రియ సుఖాలు ఆత్యంతిక సుఖ మెలా అవుతాయి? అందుచేత ఆత్యంతిక సుఖము అతీంద్రియ సుఖము.

విషయేంద్రియ సుఖము ఏదైనా ఒక ప్రదేశంలో కలుగుతుంది. లేదా ఒక కాలంలో ప్రాప్తిస్తుంది. ఒక వస్తువు ద్వారా లభిస్తుంది. విషయేంద్రియ సుఖము కాదు అనగానే, అట్టి సుఖము దేశ, కాల, వస్తు పరిచ్ఛేద శూన్య మని తేలి పోయింది. కనుక అది అంతము తెలియని సుఖము. అనంతమైన సుఖము. ఆత్యంతిక సుఖము. మనము అనుభవించే ఏ సుఖమైనా విషయ సంబంధ మైనదే కనుక, అతీంద్రియము అని చెప్పడంలో అది విషయ సుఖము కాదు అని నిర్ధారించి నట్లు అయింది. విషయ సుఖము కాదు అన్నప్పుడు, బహుశ అది సుషుప్తిలో అనుభవించబడే నిద్రాసుఖ మేమో అనే సందేహం కలుగవచ్చు. అది కూడా కాదు అని చెప్పడానికి బుద్ధి చేత గ్రహింప బడుతుంది అంటున్నాడు.

బుద్ధి గ్రాహ్యము

విషయేంద్రియ సంయోగము వలన ఏర్పడే జ్ఞానము మనస్సులో కలుగుతూ ఉంది. ఉదాహరణకు, కుండను చూచినపుడు 'ఇది కుండ' అనే జ్ఞానం కలుగుతుంది. కుండను చూచేది కన్నే అయినా, మనస్సు గుర్తించి నపుడే, 'ఇది కుండ' *(అయం ఘటః)* అనే జ్ఞానము కలుగుతుంది. కనుక ఏ విషయానికి సంబంధించిన జ్ఞాన మైనా, వృత్తి జ్ఞానం గానే తెలుస్తూ ఉంది. అంటే, వృత్తిజ్ఞానం, వృత్తి విషయం రెండూ ఒక్కటే. కుండను చూచి నపుడు ఘట వృత్తి మనస్సులో ఏర్పడుతుంది. దీనినే వృత్తి వ్యాప్తి అంటారు. అంటే విషయం మనస్సులో వృత్తి రూపాన్ని పొందుతుంది. ఘటవృత్తి ఏర్పడిన తరువాత దానిని ఘట మని గుర్తించడం జరుగుతుంది. ఇదే ఫలవ్యాప్తి. ఇలా ఘటవృత్తి చేత ఘటము, వృక్ష వృత్తి చేత వృక్షము ఇత్యాదులు గుర్తింప బడుతాయి. ఈ విధంగా విషయ జ్ఞానము మనస్సులో ఏర్పడుతుంది.

కుండ యొక్క రూపము కంటి ద్వారా మనస్సును చేరినపుడు మనస్సులో ఘటవృత్తి ఏర్పడుతుంది. ఇదే వృత్తి వ్యాప్తి. వృత్తి జ్ఞానము అనేది ఫలవ్యాప్తి. కుండ కనిపించక పోయినా, ప్రక్క గది నుండి ఘట వాదనము వినిపించి నపుడు అది చెవి ద్వారా మనస్సును చేరి, తద్వారా ఘటవృత్తి, ఆ పైన ఘట జ్ఞానము కలుగుతాయి. ఈ విధంగా విషయ జ్ఞానము అనేది వృత్తి వ్యాప్తి, ఫలవ్యాప్తి అనే వాటి వల్ల కలుగుతుంది. కనుకనే, ఇది కుండ, అది కుక్క, ఇది రబ్బరు, అది మల్లె అనే విషయ జ్ఞానాలు కలుగు తున్నాయి. విషయ సుఖాలు అనుభవానికి అందు తున్నాయి.

ఆత్మ విషయానికి వచ్చే సరికి ఆత్మ సత్తుగా, చిత్తుగా, ఆనందంగా బోధింప బడుతూ ఉంది. అందుచేత ఆత్మ సంబంధమైన వృత్తి బుద్ధిలో కలుగుతూ ఉంది.

ఆత్మ సచ్చిదానందము అన్నప్పుడు, వృత్తిలో వస్తువు లేదు. 'కుండ' అన్నప్పుడు వృత్తిలో కుండ రూపము ఉంది. 'సచ్చిదానందము' అన్నప్పుడు వృత్తిలో భావన ఉన్నదే గాని వస్తువు లేదు. వృత్తి వ్యాప్తి జరిగింది కనుకనే భావన ఏర్పడింది. కాని, కుండ విషయంలో ఫలవ్యాప్తి జరిగినట్లు, ఆత్మ విషయంలో ఫలవ్యాప్తి జరిగే అవకాశం లేదు.

'ఇది కుండ' అని ఫలవ్యాప్తిలో గుర్తించడం జరిగింది. అలాగే 'ఇది ఆత్మ' అని గుర్తించే అవకాశ ముందా? ఉంటే, ఫలవ్యాప్తి జరిగినట్లే. 'ఇది కుండ' అని గ్రహించడానికి నీవు కుండ కన్నా వేరుగా ఉన్నావు.

'ఇది ఆత్మ' అని గ్రహించడానికి నీవు ఆత్మ కన్నా వేరుగా లేవు. నీవే ఆత్మ. అది నీ స్వరూపమే. అదే సచ్చిదానందము. దీనికి సంబంధించిన జ్ఞానము లేక పోవడమే అజ్ఞానము. 'నేనే ఆత్మ' అనే వృత్తి చేత అజ్ఞానము నిషేధింప బడుతోంది. ఈ వృత్తియే జ్ఞానవృత్తి. ఫలవ్యాప్తికి అవకాశం లేని అఖండాకార వృత్తి. ఈ జ్ఞానవృత్తి బుద్ధిలో కలుగుతూ ఉంది కనుక అతీంద్రియమైన ఆత్మ బుద్ధి గ్రాహ్యము.

ఇంద్రియాలతో సంబంధం లేకుండా కేవలం బుద్ధి చేతనే, అంటే జ్ఞానవృత్తి చేతనే గ్రహింప బడేది బుద్ధి గ్రాహ్యము **(బుద్ధి గ్రాహ్యం బుద్ధ్యైవ ఇంద్రియ నిరపేక్షయా గృహ్యతే ఇతి).** ఇంద్రియాలతో సంబంధము లేకుండా బుద్ధి చేతనే గ్రహింప బడుతూ ఉంది కనుక ఆత్యంతిక సుఖము విషయ సుఖము కాదని తెలిసింది. ఇకపోతే, బుద్ధి చేత మాత్రమే గ్రహింప బడుతూ ఉన్నందున, గాఢ నిద్రలో బుద్ధి లయిస్తూ ఉంది కనుక, బుద్ధి చేత గ్రహింపబడే ఆత్యంతిక సుఖము నిద్రా సుఖం కూడా కాదు అని నిర్ణయింప బడింది.

ఆత్యంతిక సుఖము

అంతము తెలియని సుఖము ఆత్యంతికము **(అత్యంత మేవ భవతి ఇతి ఆత్యంతికం).** అంటే అనంత మైనది. అనుభవము ఏదైనా అంతం కలిగే ఉంటుంది. కారణం, దానికి ఆరంభం ఉంటుంది కనుక. ఇంద్రియాలకు అందే విషయానుభవానికి ఆరంభం ఉంది. కనుక అంతం ఉంటుంది. కానీ ఆత్యంతిక సుఖము అతీంద్రియము కనుక అనంతము.

క్షణిక మైనవి కనుక విషయ సుఖాలలో సంయోగ వియోగాలు ఉంటాయి. ఆత్యంతిక సుఖము అనంత మైనది కనుక, దానిని పొందిన యోగి దానితో వియోగమును పొందదు. అది స్వరూప సుఖము కనుక సంయోగ జన్యము కాదు. కాబట్టి వియోగానికి వీలు లేదు. ఇట్టి ఆత్యంతిక సుఖరూపు డైన యోగి ఆత్మస్వరూపము నందే ఉంటాడు **(అయం విద్వాన్ యోగీ ఆత్మ స్వరూపే స్థితః).** అది స్వరూపానుభూతి కనుక దాని నుండి ఎట్టి పరిస్థితుల లోను యోగి చలించడు **(తస్మాత్ తత్త్వ స్వరూపాత్ న చలతి).** ఈ ఆత్యంతిక సుఖాన్నే పరమానంద మని ఉపనిషత్తు నిర్వచించింది **(ఏషోఽస్య పరమానందః).** ఇదే ఆత్మలాభము.

పట్టు వలువలు కప్పినా పన్నీరు చల్లినా
ఘన స్తుతుల ముంచినా గజము లెక్కించినా
చలింప నైతిని నీ మహిమ తెలిసి నేను
నీ అడుగుల కడ పడి ఉందు నీలకంఠా!

అని అతీంద్రియ జ్ఞానానుభూతిలో భాసించే అచలమైన ఆత్యంతిక సుఖాన్ని వర్ణిస్తూ నీలకంఠ శతకంలో ఒక విబూది పండు.

ఆత్మ లాభానికి మించిన లాభం మరొకటి ఉండదు. ఇది పరమానంద స్థితి కావడం చేత, ఎంత గొప్ప దుఃఖమైనా ఆత్మజ్ఞానిని చలింప చేయలేదు. అదే తరువాత శ్లోకం.

యం లబ్ధ్వా చాపరం లాభం మన్యతే నాధికం తతః ।
యస్మి న్స్థితో న దుఃఖేన గురుణాపి విచాల్యతే ॥ 22

యం-లబ్ధ్వా-చ-అపరం-లాభం-మన్యతే-న-అధికం-తతః
యస్మిన్-స్థితః-న-దుఃఖేన-గురుణా-అపి-విచాల్యతే

యం చ	=	దేనిని	న మన్యతే	=	తలంపడో
లబ్ధ్వా	=	పొంది	యస్మిన్	=	దేని యందు
తతః	=	అంతకంటే	స్థితః	=	ఉన్నవాడై
అపరం	=	ఇతరమైన	గురుణా	=	గొప్పదైన
లాభం	=	లాభమును	దుఃఖేన అపి	=	దుఃఖము చేత గూడ
అధికం	=	విశేషముగ	న విచాల్యతే	=	చలింప జేయబడడో

ఆత్మ లాభాన్ని పొందిన యోగి అంతకు మించిన లాభం మరొకటి ఉంటుందని భావించడు. ఎంత గొప్ప దుఃఖమైనా ఆత్మవిదుని కలత పెట్టలేదు.

వ్యాఖ్య

లాభం వాంఛనీయ మని, నష్టము అవాంఛనీయ మని మనుషులు భావిస్తారు. అందుచేత, ప్రతి ఒక్కరు ప్రతి ఒక్క విషయంలో లాభం కొరకే ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు.

వ్యాపారి ధాన్యాన్ని కొలుస్తూ, మొదటి కొలతను లాభం అంటూ ప్రారంభిస్తాడు. లాభాలు ప్రాప్తించినపుడు తాత్కాలికంగా మనిషి తృప్తి చెందుతాడు. ప్రపంచంలో మనం పొందే లాభాలు ఏవయినా, అవి అనిత్య లాభాలే కనుక, కాలంలో నశిస్తాయి.

లాభాలలో తరతమ భేదా లుంటాయి. మనిషి లాభాన్నే కోరుకుంటాడు. తాను ఆశించిన లాభం వస్తే, అంతకన్నా మించిన లాభము, అంటే లాభతర మైంది రావాలని అభిలషిస్తాడు. అదీ వస్తే, లాభతర మైన దానిని మించిన లాభతమము కావాలని కోరుకుంటాడు.

కారు కావాలని ఒక వ్యక్తి కోరుకుంటాడు. నాలుగు లక్షల రూపాయల విలువైన కారు లభించిన తరువాత, ఇరవై లక్షల రూపాయల విలువ చేసే లాభతర మైన కారుమ అభిలషిస్తాడు. అదీ లభిస్తే, అరవై లక్షల విలువ చేసే లాభతమ మైన కారును వాంఛిస్తాడు. ఇవే తరతమ భేదాలు. ప్రతి లాభం లోను ఇలా ఆశిస్తూ ఉండటం మనిషికి అలవాటై పోయింది. కళ్ళజోడు మొదలుకొని కాళ్ళజోడు వరకు ఇదే వ్యవహారము.

లాభాలు సుఖపెడతా యని భావించడం చేత, మనిషి లాభాలు కావాలని పరితపిస్తాడు. తాను ఆశించిన లాభాలు రానపుడు మనిషి సుఖపడ లేడు అనే దానిని అర్థం చేసుకోగలం. కాని ఆశించిన ఫలితాలు వచ్చినప్పుడు కూడా మనిషి సుఖాన్ని కోల్పో తున్నప్పుడు తీవ్రంగా ఆలోచించ వలసి వస్తుంది. ఎందుకని ఇలా జరుగుతోంది? అనిత్య మైన వస్తువులతో నిండిన ఈ దృశ్యమాన ప్రపంచంలో ఏ లాభం వచ్చినా, నష్టాన్ని వెంట బెట్టుకొనే వస్తుంది. ఇదే సుఖం లేకపోవడానికి హేతువు. అశాంతికి కారణము. నష్టాలు తెలియని లాభాలు, దుఃఖాలు తెలియని సుఖాలు ప్రపంచంలో లభించవు. అవి కలిసే ఉంటాయి. వేరు వేరుగా తెలిసినా అవి ఒకే సమాసంలో మూస పోసినట్లు ఉంటాయి. సుఖదుఃఖా లైనా, లాభనష్టా లైనా ద్వంద్వ సమాసమే.

తాను సుఖ పడాలని ఎందరికో నిద్ర లేని రాత్రుల్ని ప్రసాదించి, పెళ్ళి చేసుకుని, పెళ్ళి అయిన కొంత కాలానికి చేసుకోకుండా ఉన్నా బాగుండేది అనే వాళ్ళను ఎంతో మందిని చూస్తాము. ఎందుకని? ఆశించిన అర్ధాంగి అరుదెంచింది కదా! పత్ని ఎప్పుడైనా ప్రయోజనమే కదా! మరి ఈ లాభంలో నైరాశ్యము ఎలా తొంగి చూచింది?

ఆఖ్యాయిక

ఒక ధనికుడు తన జన్మదిన సందర్భంగా పిచ్చాసుపత్రిలో రోగులకు పండ్లు, మిఠాయిలు పంచి

పెడుతున్నాడు. ఆయనతో పాటు డాక్టరు కూడా ఉన్నాడు. ఒక వార్డులో వరుసగా పంచి పెడుతూ చివరి మంచం దగ్గరకు వచ్చే సరికి అక్కడ ఉన్న పిచ్చివాడు 'మోనికా - మోనికా' అని ఏడుస్తూ ఉన్నాడు.

వ్యక్తి చూస్తే అందంగా ఉన్నాడు. పైగా యౌవనవంతుడు కూడా. అతని వివరా లేమిటో చెప్పమని ధనికుడు డాక్టరును అడిగాడు.

'ఈ అబ్బాయి గొప్ప చదువు చదివాడు. విశ్వవిద్యాలయంలో బంగారు పతకాన్ని సాధించాడు. చాలా బుద్ధిమంతుడు అని కూడా చెబుతారు.

కళాశాలలో చదివే రోజుల్లో మోనికా అనే అమ్మాయిని ప్రేమించాడు. కానీ ఆ అమ్మాయి ప్రేమను పొందలేక పోయాడు. భగ్న ప్రేమికు డయ్యాడు. దాని ఫలితంగా మతి చలించింది. పిచ్చివా డయ్యాడు' అని అతని విషాద గాథను వినిపించాడు డాక్టరు.

తరువాత, పండ్లు మిఠాయిలు వితరణ చేస్తూ చివరి వార్డు లోకి ఇద్దరూ ప్రవేశించారు. అక్కడ కూడా ఒక యువకుడు తల దించుకొని, మూలుగుతూ విలపిస్తున్నాడు. దగ్గరగా వెళ్ళి చూస్తే, అతడు కూడా 'మోనికా - మోనికా' అని ఏడుస్తున్నాడు.

'డాక్టరు గారూ! ఇతడు కూడా 'మోనికా' జపమే చేస్తున్నాడు. ఆ మోనికా, ఈ మోనికా ఒక్కరేనా? అని ప్రశ్నించాడు ధనికుడు. 'అవునండీ' అని సమాధాన మిచ్చాడు వైద్యుడు.

'చాలా విడ్డూరంగా ఉందండీ! ఒక్క అమ్మాయి వల్ల ఇద్దరు వ్యక్తులు భగ్న ప్రేమికులై పిచ్చివాళ్ళయ్యారా!' అని ఆశ్చర్యాన్ని వ్యక్తం చేశాడు ధనికుడు.

'అయ్యా! ఇక్కడ కాస్త విషయ వైరుధ్యం ఉంది. ఇద్దరూ పిచ్చివాళ్ళు కావడానికి ఒక్క మోనికాయే కారణము. కాకపోతే, అతడు మోనికను ప్రేమించి, ప్రేమ విఫలమై పిచ్చివాడయ్యాడు. ఇతడు ఆమెను పెళ్ళి చేసుకొని పిచ్చివాడయ్యాడు' అన్నాడు డాక్టరు.

మనిషి దుఃఖానికి ఆశించిన దానిని పొందలేక పోవడము ఒక కారణ మైతే, ఆశించిన దానిని పొందడము మరొక కారణము. ఎండమావులు ఇంతవరకు ఎవరి దప్పికను తీర్చాయో అర్థం కాదు. ప్రపంచములో లాభనష్టాలు కూడా ఇలాగే ఉంటాయి.

భార్య లాభం కావచ్చు. లాభ మనుకున్న భార్య బుద్ధికి భార మైతే నష్టంగా కనిపిస్తుంది. భార్యను భరించ వచ్చు. భారాన్ని భరించడం కష్టం. బాధను అనుభవించడం లాభ మని ఎవ్వరూ అంగీకరించరు.

భారం కాని, బాధను కలిగించని భార్యలు, భర్తలు ప్రపంచంలో ఎందరో ఉన్నారు. ఈ వాస్తవాన్ని కూడా నిరాకరించ లేము. అలాగని వారి వల్ల నష్టము లేదు, దుఃఖము లేదు అనే విషయాన్ని కూడా అంగీకరించ లేము.

తెలిసి వాళ్ళు బాధించక పోయినా, వాళ్ళకు తెలియకుండానే ఎంతో దుఃఖాన్ని పంచుతారు. ప్రతికూలాలు ఒక విధంగా బాధిస్తే, అనుకూలాలు మరో విధంగా కష్ట పెడతాయి. సుఖపెట్టే వాళ్ళు దూర మైతేనే కదా మనం బాధ పడేది! సుఖపెడుతున్నా రని వాళ్ళు మనకు దూరం కాకుండా ఉంటారా? కాలంలో పడపోతకు గురి కాకుండా మిగల గలరా? అలా మనకు ప్రేమాస్పదులైన వారు, సుఖాన్ని పంచే వాళ్ళు కాలంలో కారిపోతే, అది మనకు నష్టమా, లాభమా? దుఃఖమా, సుఖమా?

ఒక వస్తువును పొందిన తరువాత పరిస్థితి అధ్వానంగా మారితే, ఆ పొందిన దేదో అది లాభం కాదు.

నష్టమే. ఒక పదార్థాన్ని ఆరగించిన తరువాత ఆరోగ్యము క్షీణిస్తే, అది ఆహారం కాదు. విషమే. ఇలా చూచి నపుడు ప్రపంచంలో మనం పొందే వన్నీ నష్టాలే గాని లాభాలు కావు. మనం అనుభవించే వన్నీ దుఃఖాలే గాని సుఖాలు కావు. మరి ఏది లాభం? ఏది సుఖం? ఆత్మయే లాభం. ఆత్మయే సుఖం.

అనంత లాభం

ఏ లాభాన్ని గడించినా అది అంతమై పోతూనే ఉంది కనుక, ఒక దాని తరువాత మరొకటి, పరంపరగా లాభాలను గడించే ప్రయత్నంలో మనిషి తలమునక లౌతున్నాడు. తృప్తి లేని ప్రయాణాలు సాగిస్తున్నాడు. ఏ లాభాన్ని గడిస్తే, అంతకు మించిన లాభాన్ని ఆశించడం ఉండదో, అలాంటి లాభాన్ని గూర్చి ఆలోచించలేక పోతున్నాడు. ఎందుకో తెలుసా? అలాంటి లాభం ఒకటి ఉందని తెలియక పోవడం చేత. ఇంతకీ, అలాంటి లాభం ఉందా? ఉంది. అదే ఆత్మలాభం. అనంత లాభం. అనంత సుఖాన్ని ప్రసాదించే నిత్యలాభం.

దేనిని పొందిన తరువాత ***(యం లబ్ధ్వా)***, మరొక లాభమును ***(అపరం లాభం)*** దాని కంటె అధికంగా ***(తతః అధికమ్)*** మనిషి భావించడో ***(న మన్యతే)*** అదియే అనంతానందాన్ని ప్రసాదించే ఆత్మలాభం.

ప్రస్తుత శ్లోకానికి ఉపోద్ఘాతంగా మనము చూచిన లాభాలు ఏవీ లాభాలు కాకపోవడం చేత, ఒక లాభాన్ని పొందిన తరువాత మరొక లాభానికి ప్రయత్నించడము జరుగుతూ ఉంది. ఒక సుఖాన్ని అనుభవించిన తరువాత మరొక సుఖానికి పరితపించడం జరుగుతూ ఉంది. ఎన్ని పొందినా, మరెన్ని అనుభవించినా, పూర్ణత్వము సిద్ధించడము లేదు. ఒక కారణంగా ప్రాప్తించేవి, ఒక నిమిత్తంగా సంక్రమించేవి ఏవైనా అవి నైమిత్తికాలుగా ఉంటాయే గాని నిత్యము కాలేవు. నిత్యము కానిది పూర్ణం కాలేదు.

ఆత్మలాభం అలాంటిది కాదు. అది నిత్యలాభమే గాని అనిత్యలాభం కాదు. నిత్యసుఖమే గాని అనిత్య సుఖం కాదు. ఒక కారణం చేత ప్రాప్తించిన సుఖమూ కాదు. ఒక ప్రయత్నము ద్వారా సిద్ధించిన లాభమూ కాదు. ఈ విషయాన్ని ధృవ పరుస్తూ, ***యం*** అనే పదంతో శ్లోకం ప్రారంభించ బడింది. ***యం*** అనే పదము కార్యకారణముల మధ్య అభేదమును సూచించుటకు ప్రయోగింప బడింది. ***యం*** అనేది ఆత్మకు పర్యాయంగా వాడబడింది. ఆత్మకు కారణము లేదు. అది అజము. ఆత్మ దేనికీ కారణం కాదు. అది అఖండము. కనుక ఆత్మ అనంతము. అనంత మైనది అనంత లాభాన్ని ప్రసాదిస్తుంది కనుక, దానిని పొందిన తరువాత అంతకంటే అధికమైన మరొక దానిని పొందాలి అనే భావనే స్ఫురించదు. ఇది పూర్ణరూప మైన ఆత్మను పొందడములో ప్రాప్తించే అనంతమైన సంతృప్తి.

ఆత్మ లాభాత్ న పరం విద్యతే - ఆత్మలాభం కన్నా మించిన లాభము మరొకటి లేదని శాస్త్రము నిర్ణయించింది. కనుక ఆత్మను పొందిన వాడు మరొక దాని కొరకు ప్రయత్నం చేయడు. మరొక దానిని పొందాలని అభిలషించడు. కర్మ చేయాలనే కర్తృత్వము ఉండదు. ఫలం అనుభవించా లనే భోక్తృత్వ భావన కూడా ఉండదు. ఎందుకో తెలుసా?

కృతం కృత్యం ప్రాప్తం ప్రాపణీయం ఇతి ఆత్మలాభాత్ న పరం విద్యతే

చేయ వలసింది చేసేశాడు. పొందవలసింది పొందే ఉన్నాడు. ఆత్మను పొందిన వానికి సర్వమూ సద్ధించింది కనుక, మరొక దానిని పొందాలి అనే కోరిక కలిగే అవకాశమే లేదు. అతడు పూర్ణుడు కనుక, పూర్ణత్వాన్ని పెంచేవారు లేరు. తగ్గించే వారు ఉండరు. అదే పూర్ణ స్వరూపము. పూర్ణాత్మను పొందడం చేత ప్రాప్తించిన పూర్ణలాభం. కనుక, ఆత్మ సాక్షాత్కారమును పొందడము అంటే అనంత సుఖాన్ని పొందడమే అని

అర్థము. సమస్త దుఃఖాల నుండి విముక్తి ఆత్మ దర్శనం చేత పొందబడు తుందని భావం. అనంత సుఖానుభూతి సిద్ధం.

అనంత సుఖం

దేనిని పొందిన తరువాత **(యం)** దాని కంటే అధికమైన దానిని పొందాలి అని భావించడం జరగదో, దానిని పొంది, అట్టి ఆత్మ యందు స్థితుడైన వాడు **(యస్మిన్ ఆత్మ తత్త్వే స్థితః)** గొప్పదైన దుఃఖము చేత కూడా ***(గురుణాపి దుఃఖేన)*** చలించడు ***(న విచాల్యతే)***. 'గురు' శబ్దానికి అనేక అర్థా లున్నాయి. పెద్దది, బరువైనది, భరించ లేనిది అని కూడా ఒక అర్థము. కనుక దుఃఖానికి ఇక్కడ 'గురు' అనే విశేషణం వాడటం చేత దుర్భర మైన దుఃఖము అని భావము. అట్టి దుఃఖం కూడా ఆత్మవిదుని, లేదా ఆత్మస్థితు డైన వానిని చలింప చేయలేదు అంటున్నాడు.

దుఃఖము అనేది అంతఃకరణ ధర్మమే గాని ఆత్మ లక్షణం కాదు. కనుక, ద్వంద్వాలు ఆత్మను అంటలేవు. తాను మనస్సు అని భావించిన వానినే మనస్సు, మనోగతా లైన సుఖదుఃఖాలు చలింప చేస్తాయి. ఆత్మస్థితుని అవి కదిలించ లేవు. దుఃఖము ఎంత పెద్దదైనా ఆత్మవిదునిపై దాని ప్రభావం ఉండదు కనుక, మనిషికి దుఃఖ మనేది సమస్య కాదు. తాను ఆత్మ అన్న జ్ఞానం లేకపోవడమే సమస్య.

ఆత్మవిదుడు, ఆత్మజ్ఞాని అనంతమైన ఆత్మ లాభాన్ని పొంది ఉన్నందున మరొక లాభాన్ని ఊహించడు, ఊహించ లేడు. అలాగే అనంతమైన ఆత్మ సుఖానుభూతిలో ఓలలాడు తున్నందున మరొక సుఖాన్ని అభిలషించడు. కర్మయోగ, ధ్యానయోగాలలో క్రమంగా పరిపక్వతను సాధించి, జ్ఞానం చేత ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొంది అనంత లాభాన్ని అందరూ సిద్ధింప చేసుకోవాలి.

ఈ విధమైన యోగమును తెలుసుకొని, దానిని ఆచరణలో పెట్టుకోవాలి అని చెబుతున్నాడు.

తం విద్యా ద్దుఃఖ సంయోగ వియోగం యోగ సంజ్ఞితమ్ ।
స నిశ్చయేన యోక్తవ్యో యోగోఽనిర్విణ్ణ చేతసా ॥ 23

తం-విద్యాత్-దుఃఖసంయోగ వియోగం-యోగసంజ్ఞితమ్

సః-నిశ్చయేన-యోక్తవ్యః-యోగః-అనిర్విణ్ణచేతసా

దుఃఖ సంయోగ వియోగం	= దుఃఖ సంబంధమును దూరము చేయు	అనిర్విణ్ణ చేతసా	= విసుగు లేని మనస్సు చేత
		సః	= అటువంటి
తం	= దానిని	యోగః	= యోగము
యోగ సంజ్ఞితం	= యోగమనబడు దానినిగ	నిశ్చయేన	= నిశ్చయ బుద్ధితో
విద్యాత్	= తెలుసుకోవాలి	యోక్తవ్యః	= సాధించ దగింది

అర్జునా! దుఃఖ సంబంధము నుండి విడిపోవడమే యోగ మని తెలుసుకో! అట్టి యోగాన్ని విసుగు లేకుండా నిశ్చయ మైన బుద్ధితో ఆచరించాలి.

వ్యాఖ్య

వియోగము అనేది సాధారణంగా విలాపానికి హేతువుగా మనం అర్థం చేసుకుంటూ ఉంటాం. వియోగము అంటే ఎడబాటే కదా! ఎడబాటులు ఎప్పుడైనా, ఎవరికైనా ఎద బాధలే.

మిత్ర వియోగము, పుత్ర వియోగము, కళత్ర వియోగము, పతి వియోగము - ఏ వియోగ మైనా

దుఃఖ కారణమే. దుఃఖం రోగ లక్షణమే గాని యోగ లక్షణం కాదు. మన అనుభవం అలాగే ఉంది. కాని వియోగమును యోగంగా ప్రస్తుత శ్లోకంలో భగవానుడు అభివర్ణించాడు. ఇది విపరీత లక్షణం. వియోగమును యోగంగా గుర్తించడ మనేది విపరీత లక్షణం ద్వారానే జరుగుతుంది. అది చెప్పుకొనే ముందు యోగ మేమిటో, వియోగము ఏమిటో తెలుసుకుందాం.

వృత్తి నిరోధం చేత శాంతించిన చిత్తమును ఇరవైయవ శ్లోకంలో ప్రవేశ పెట్టి, అక్కడ నుండి వరుసగా అనేక విశేషాలతో కూడిన యోగానుష్ఠానాన్ని వివరించి, అట్టి యోగాన్ని తెలుసుకొని ఆచరించ మని తెలుపుతూ, ఇంతవరకు ఏది అపేక్షింప బడిందో దానిని పూరిస్తూ, ***తం విద్యాత్*** - అట్టి యోగాన్ని తెలుసుకో అని ప్రస్తుత శ్లోకాన్ని ఆరంభిస్తున్నాడు. ***తం*** అనేది యోగమును సూచిస్తూ ఉంది. ***విద్యాత్*** అంటే తెలుసుకోవాలి అని అర్థము.

వియోగమే యోగము

దుఃఖాలతో సంబంధాన్ని కలిగి ఉండటము దుఃఖ సంయోగము ***(దుఃఖైః సంయోగః దుఃఖ సంయోగః).*** అది విడిపోవడము లేదా తొలగి పోవడము వియోగము. ఇదే దుఃఖ సంయోగ వియోగము. ఈ దుఃఖ సంయోగ వియోగము 'యోగం' అనే పేరు ***(సంజ్ఞ)*** తో ఉంది ***(యోగ సంజ్ఞితమ్).***

ఇక్కడ దుఃఖ శబ్దము చేత దుఃఖము, దుఃఖ మిశ్రితమై ఉండే విషయ సుఖాలు అని కూడా గ్రహించాలి. దుఃఖ మేమిటి? సంసారమే దుఃఖము. దుఃఖ రూపమైన సంసారానికి హేతువు ఏమిటి? ఏముంది, దృగ్దృశ్య సంబంధమే. నిత్యమైన ఆత్మ తనకు దృశ్యమైన బుద్ధితో, ఆ బుద్ధి ద్వారా అందే అనిత్యము లైన శబ్దాది విషయాలతో సంబంధమును కలిగి ఉండటమే దుఃఖానికి కారణము. ఈ దృగ్దృశ్య సంబంధమే దుఃఖ సంయోగము. ఈ విధమైన సంబంధానికి కారణ మేమిటి? అవిద్యయే. అజ్ఞానమే. ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానము లేకపోవడమే. ***తస్య హేతుః అవిద్యా*** - ఈ సంబంధానికి కారణము అజ్ఞానమే అని పతంజలి మహర్షి యోగదర్శనం - సాధన పాదములో ఇరవై నాల్గవ సూత్రము.

దుఃఖ సంయోగానికి కారణం అవిద్య కనుక, దుఃఖ సంయోగ వియోగము జరగాలి అంటే, అజ్ఞానం నుండి విడిపడాలి. ఈ విధమైన దుఃఖ సంయోగ వియోగానికి 'యోగము' అని పేరు అంటూ ప్రస్తుత శ్లోకంలో గీతాచార్యుడు అద్భుతంగా ప్రవచించాడు.

ఆత్మ కాని దానిని ఆత్మగా భావించడమే మిథ్యా జ్ఞానము. అదే అజ్ఞానము లేదా అవిద్య. దుఃఖానికి కారణ మైన దృగ్దృశ్య సంబంధమునకు హేతు వైనది అవిద్యయే ***(ద్రష్టృ దృశ్యయోః సంయోగో హేయ హేతుః - పతంజలి... 2 - 17).*** ఈ అవిద్యను అంత మొందించేది జ్ఞానమే, ఆత్మజ్ఞానమే. కనుక, ఇక్కడ దుఃఖము నుండి, దుఃఖ సంబంధము నుండి విడిపడటం వియోగము అయితే, ఆ వియోగమునకే యోగ మని పేరు అని చెప్పడం వల్ల జ్ఞానమే, ఆత్మజ్ఞానమే యోగ శబ్దార్థ మైంది. ఇది కేవలం జ్ఞానానికి సంబంధించిన విషయం కావడం చేత ***విద్యాత్*** తెలుసుకోవాలి అంటున్నాడు ***(విద్యాత్ విజానీయాత్).***

ఇక్కడ వియోగాన్నే యోగంగా తెలుసుకున్నాం. దుఃఖ సంయోగ వియోగాన్ని యోగంగా ఎలా తెలుసుకోవాలి? కలిసేది యోగము, విడిపోయేది వియోగము అయినప్పుడు వియోగాన్ని యోగంగా ఎలా తెలుసుకోగలం? విపరీత లక్షణం ద్వారా తెలుసుకోగలం ***(విపరీత లక్షణేన విద్యాత్ ఇత్యర్థః).***

ఒక విషయానికి సంబంధించిన అర్థం ప్రస్ఫుటంగా, ప్రసిద్ధంగా తెలుస్తూ ఉండినా, దానికి విపరీత మైన అర్థం చెప్పినపుడు, ఆ అర్థం విపరీత లక్షణ మనే వృత్తి చేత చెప్పబడింది అని అంటారు.

ఒక మామిడి తోటలో చెట్లన్నీ విరగ కాసి ఉన్నాయి. అన్ని చెట్లు కాయలతో నిండి ఉన్నాయి. ఒక్క చెట్టు మాత్రం ఒకటో, రెండో కాయలతో కనిపిస్తుంది. అప్పుడు ఆ చెట్టును చూపిస్తూ, అబ్బ! ఏం కాసిందండీ ఈ చెట్టు! ఎన్ని కాయలండి! లెక్క పెట్టడం సాధ్యమా? అని ఎవరైనా అన్నారనుకోండి. దాని అర్థ మేమిటి? ఆ చెట్టులో అసలు కాయలే లేవు అని అర్థం. ఈ అర్థం విపరీత లక్షణం చేత ప్రాప్తించిందే గాని వాస్తవ మైన అర్థం కాదు. అలాగే దుఃఖ సంయోగ వియోగము విపరీత లక్షణం చేత యోగం అనే పేరుతో చెప్పబడింది.

దుఃఖ సంయోగము అవిద్యా జనిత మని అర్థం చేసుకున్నాం. దుఃఖ సంయోగ వియోగము అనేది విద్య ద్వారానే జరగాలి. విద్య అంటే జ్ఞానము. ఆత్మకు సంబంధించిన అజ్ఞానమే అవిద్య. ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానమే విద్య. విద్య అవిద్యను అంతం చేస్తుంది. అవిద్య లేనపుడు అవిద్యా జనిత మైన దుఃఖ సంయోగము కూడా లేదు అని భావము ***(అవిద్య అభావాత్ దుఃఖ సంయోగాభావః).*** ఇదే వియోగము. ఈ వియోగమే యోగము లేదా జ్ఞానము. అందుకే, యోగము దుఃఖాన్ని హరిస్తుంది అని ముందే చెప్పుకున్నాము ***(యోగో భవతి దుఃఖహా ... 6 - 17).***

యోగ విశేషాలను, యోగ సాధనలను, యోగ ఫలమును కూడా చెప్పిన తరువాత, 'నిశ్చయము', 'అనిర్వేదము' అనేవి యోగ సాధనా లని ప్రముఖముగా నిర్ణయించి చెప్పడానికి మళ్ళీ అన్వారంభం చేత యోగము కర్తవ్య మని చెబుతున్నాడు ***(అన్వారంభేణ యోగస్య కర్తవ్యతా ఉచ్యతే).*** ఒక విషయాన్ని ముగించిన తరువాత, దానికి సంబంధించిన మరొక నూతనాంశాన్ని ప్రస్తావించడం కోసం దానినే మళ్ళీ తిరిగి చెప్పడం అన్వారంభం అంటారు. యోగానుష్ఠానాన్ని పూర్వమే సమాప్తి చేసినా మళ్ళీ ఇక్కడ యోగము కర్తవ్య మని చెప్పడం అన్వారంభం. ఇక్కడ ప్రస్తావించే యోగ సంబంధమైన క్రొత్త అంశాలే 'నిశ్చయము', 'అనిర్వేదము'.

ఆ యోగము ***(స యోగః)*** దృఢమైన నిశ్చయము చేత ***(నిశ్చయేన).*** నిర్వేదము లేని చిత్తము చేత ***(అనిర్విణ్ణ చేతసా)*** అభ్యసింప దగింది ***(యోక్తవ్యః).***

నిశ్చయ భావం

ఏ దుఃఖ సంయోగ వియోగము యోగం అనే పేరుతో చెప్పబడిందో అది జ్ఞానమే అని గ్రహించాము కనుక, అట్టి యోగమును అభ్యసించాలి. దేని చేత అభ్యసించాలి? - **నిశ్చయేన.** నిశ్చయము చేత. ఇది మొదటి సాధన. నిశ్చయము అంటే నిశ్చయ జ్ఞానము. శాస్త్ర, ఆచార్య ఉపదేశ జనిత జ్ఞానము. గురువు అందించిన ప్రమాణ విషయము నందు ఏ విధమైన సంశయానికి అవకాశం లేకుండా నిశ్చయింప బడిన జ్ఞానము. అదియే అభ్యసించ దగినది ***(యోక్తవ్యః).***

అనిర్వేద చిత్తము

నిర్వేదము చెందని చిత్తము అనిర్వేద చిత్తము ***(అనిర్విణ్ణ చేతః).*** నిర్విణ్ణము అంటే నిర్వేదము. నిర్వేదము అంటే నిరుత్సాహము, విసుగుదల అని అర్థము. అనిర్వేద చిత్తము అంటే నిరుత్సాహము, నిస్పృహ, విసుగుదల లేని మనస్సు. యోగమును అభ్యసించడానికి నిర్వేదము లేని మనస్సు అవసరం అని చెబుతున్నాడు. నీరస బుద్ధులు నిరంజన స్వరూపాన్ని అందుకో లేవు.

నేను ఇంత కాలం యోగాన్ని అభ్యసించాను. అయినా ఫలితం సిద్ధించ లేదు. ఈ ధ్యానాభ్యాసము, ఇంద్రియ నియమము, మనో నిగ్రహము - ఇలా ఇంకా ఎంత కాలం చేయాలి? ఈ కష్టము దుర్భరంగా ఉంది అనే అనుతాపమే నిర్వేదము. ఈ విధమైన నిర్వేదము లేకుండా, నిత్యోత్సాహముతో అభ్యసించడానికి ఉపకరించే సాధనమే అనిర్వేద చిత్తము. నిర్వేదములో దుఃఖ బుద్ధి ఉంటుంది కనుక, ప్రయత్నము సడలి

పోతూ ఉంటుంది. అనిర్వేదంలో బుద్ధి ఉత్సాహంగా ఉంటుంది కనుక, సాధన ఉద్యమిస్తూ ఉంటుంది. శ్రీ గౌడపాదాచార్యుల వారు నిశ్చయ అనిర్వేదాలను అసమాన మైన రీతిలో సోదాహరణంగా విస్పష్టం చేశారు.

ఉత్సేక ఉదధే ర్యద్వత్ కుశాగ్రే ణైక బిన్దునా ।
మనసో నిగ్రహ స్తద్వ ద్భవే దపరి ఖేదతః ॥

దర్భపోచను ఉపయోగించి సముద్ర జలము నంతటిని బొట్టు బొట్టుగా తీరానికి చిమ్మి సాగరాన్ని నిర్జలంగా మార్చే ప్రయత్నము లాగా, ఏ విధమైన ఖేదము లేకుండా మనస్సును నిగ్రహించే ప్రయత్నం చెయ్యాలి అన్నారు శ్రీ గౌడపాదాచార్యులు. దీనికి ఒక ఆఖ్యాయిక అనుసంధానంగా ఉంది.

ఆఖ్యాయిక

ఒక టిట్టిభ పక్షి సముద్ర తీరంలో గ్రుడ్లు పెట్టింది. వాటిని తన కెరటాల ద్వారా సముద్రుడు అపహరించాడు. తన గ్రుడ్లను సముద్రుడు అపహరించుటను చూచి టిట్టిభ పక్షి కలత చెందింది. సముద్రునిపై ప్రతీకారం తీర్చుకొని, తన గ్రుడ్లను తిరిగి తెచ్చుకోవాలని నిశ్చయించుకుంది ***(నిశ్చయేన).***

ఒక దర్భపోచను ముక్కుకు కరిపించుకొని, ఆ కుశాగ్రముచే ఒక్కొక్క నీటి బొట్టును తెచ్చి తీరములో పోస్తూ ఉంది. బంధుజన మంతా చుట్టు చేరి పరిహసించారు. ఇది సాధ్యమయ్యే పని కాదని నిరుత్సాహ పరచారు. విసుగు జనించేలా వ్యాఖ్యానాలు వినిపించారు. అయినా టిట్టిభము తన పట్టుదలను విడిచి పెట్టలేదు. నిరుత్సాహ పడలేదు. విసుగు చెందలేదు. నిర్వేదానికి గురి కాకుండా మహా ఉత్సాహంతో నీళ్ళను చిమ్మే ***(ఉత్సేక)*** కార్యాన్ని అనిర్వేద చిత్తముతో కొనసాగిస్తూనే ఉంది ***(అనిర్విణ్ణ చేతసా).***

నారద మహర్షి ఆ వైపు వెళ్తూ టిట్టిభమును చూశాడు. విషయాన్ని అడిగి తెలుసు కున్నాడు. పక్షి నిర్ణయానికి విస్మితు డయ్యాడు. ఓ టిట్టిభమా! ఇది నీ చేత సాధ్యమయ్యే కార్య మేనా? నీ వేమిటి? సముద్రాన్ని శోషింప చేయడ మేమిటి? ఈ విఫల యత్నాన్ని విరమించి విశ్రాంతి తీసుకో అని హితవు చెప్పాడు.

మహర్షి సలహాను టిట్టిభము అంగీకరించ లేదు. మునీంద్రా! నా ప్రయత్నాన్ని విరమించను. ఎన్ని జన్మ లెత్తినా, ఈ పని లోనే ఉండి సాగరాన్ని ఎండ పెడతాను అంది ఉద్యమ స్ఫూర్తితో.

మహర్షి మనస్సు కరిగింది. ఆ పక్షి పట్టుదలకు సంతసించిన నారద మహర్షి గరుడ లోకం వెళ్ళి గరుత్మంతుని కలిశాడు. జరిగిన పక్షి వృత్తాంతాన్ని వినిపించాడు. నీ జాతికి సంబంధించిన ఒక పక్షిని సముద్రుడు అవమానించి ఆపదకు గురి చేశాడు అని ప్రకోపాన్ని కలిగిస్తూ మాట్లాడాడు.

మహర్షి మాటలను ఆలకించిన గరుడుడు క్రుద్ధు డయ్యాడు. వెంటనే బయలుదేరి సముద్ర ఉపరితలాన వేగంగా పయనించాడు. ఆ వాయు వేగాన్ని సాగరుడు భరించలేక పోయాడు. గరుడుని రెక్కల పెనుగాలికి శోషించిన సాగరుడు భీతి చెంది, గ్రుడ్లను పైకి తెచ్చి టిట్టిభానికి అప్పగించాడు. నిశ్చయ, అనిర్వేదాలతో పక్షి అభిమతం నెరవేరినట్లు, యోగి కూడా నిశ్చయ అనిర్విణ్ణ చేతసుడై యోగాన్ని అభ్యసించాలి ***(యోక్తవ్యః).*** నారదమహర్షి కృప చేత టిట్టిభము యొక్క అభిమతము సిద్ధించినట్లు, పరమేశ్వరుని అనుగ్రహం చేత యోగి అభిమతము కూడా సఫల మౌతుంది.

ధ్యాన యోగాభ్యాసంలో అవలంబించ వలసిన విధానాలను తరువాత రెండు శ్లోకాలలో చెబుతున్నాడు.

సంకల్ప ప్రభవా న్కామాం స్త్యక్త్వా సర్వా నశేషతః ।
మన సై వేన్ద్రియగ్రామం వినియమ్య సమన్తతః ॥ 24

శనైః శనై రుపరమే ద్బుద్ధ్యా ధృతిగృహీతయా ।
ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా న కించి దపి చిన్తయేత్ ॥ 25

సంకల్ప ప్రభవాన్-కామాన్-త్యక్త్వా-సర్వాన్-అశేషతః
మనసా-ఏవ-ఇంద్రియగ్రామం-వినియమ్య-సమంతతః
శనైః-శనైః-ఉపరమేత్-బుద్ధ్యా-ధృతిగృహీతయా
ఆత్మసంస్థం-మనః-కృత్వా-న-కించిత్-అపి-చింతయేత్

సంకల్ప ప్రభవాన్	=సంకల్పము వలన కలిగే	ధృతిగృహీతయా	= ధైర్యమును అవలంబించిన
సర్వాన్	=సమస్తమైన	బుద్ధ్యా	= బుద్ధి చేత
కామాన్	=కోరికలను	మనః	= మనస్సును
అశేషతః	=పూర్తిగ	ఆత్మసంస్థం	= ఆత్మ యందుండు లాగున
త్యక్త్వా	=విడిచి	కృత్వా	= చేసి
మనసా ఏవ	=మనస్సు చేతనే	శనైః శనైః	= మెల్ల మెల్లగా
ఇంద్రియగ్రామం	=ఇంద్రియ సమూహమును	ఉపరమేత్	= విషయముల నుండి విరమించాలి
సమంతతః	=సమస్త విషయముల నుండి	కించిత్ అపి	= కొంచెమైనను
వినియమ్య	=నిగ్రహించి	న చింతయేత్	= చింతింప గూడదు

సంకల్పము వలన కలిగిన కోరికలను సంపూర్ణంగా వదిలేయాలి. ఇంద్రియాలను అన్ని వైపుల నుండి మనస్సు చేత నిగ్రహించాలి. ధైర్యం గల బుద్ధి చేత మెల్లమెల్లగా మనస్సును విషయాల నుండి మరలించాలి. మనస్సును ఆత్మ యందు స్థిరంగా ఉంచి, దేనిని కూడా చింతించకుండా ఉండాలి.

వ్యాఖ్య

ధ్యానయోగాన్ని అనుష్ఠించే వాని ఆసన ఆహార విహారాదులు ఏ విధంగా ఉంటే అవి ధ్యాన సాధనాలుగా ఉంటాయో వాటి విధి విధానాలు, అలాగే యోగాన్ని పొందిన వాని లక్షణము, యోగము యొక్క ఫలము - ఇవన్నీ ఇంతవరకు చెప్పబడ్డాయి. ఇక ధ్యానం ఎలా చెయ్యాలి? అనేది చెప్పవలసి ఉంది. అది ఈ రెండు శ్లోకాలలో చెబుతున్నాడు.

కామ సంకల్ప త్యాగము

సంకల్పము నుండి పుట్టిన సమస్త మైన కామాలను నిశ్శేషంగా విడిచి పెట్టాలి. ధ్యానంలో ఇది మొదటి సోపానము. సాధన సోపానము. ఇక్కడ కామాలను సంకల్ప ప్రభవాలు అన్నాడు **(సంకల్ప ప్రభవాన్ కామాన్).** ఏవి ప్రభవించ డానికి సంకల్పము కారణమో అవి సంకల్ప ప్రభవాలు. ఇవే కామాలు. కామాలు అంటే కోరికలు, విషయాలు అని కూడా అర్థం. ఈ విషయం ముందే చెప్పుకున్నాం. వీటిని నిశ్శేషంగా త్యజించాలి **(అశేషేణ నిర్లేపేన).** అంటే, వాసన కూడా మిగల కుండా విడిచి పెట్టాలి. అదే నిర్లేపము.

ఒక పాత్రలో నూనె పోసి ఉంచి, కొంత కాలానికి ఆ పాత్ర లోని నూనెను తోడేసి పాత్రను శుద్ధి చేసినా, దాని జిడ్డు ఎంతో కొంత పాత్రను అంటి పెట్టుకొనే ఉంటుంది. ఇదే లేపము. గంధ విషయము. ఒక వస్త్ర ఖండంలో ఇంగువను కట్టి ఉంచి, కొంత కాలమైన తరువాత ఇంగువను తీసేసినా, వస్త్రము ఇంగువ వాసన తోనే శేషించి ఉంటుంది. అదే వాసనా విషయము. అలా వాసన ఏ మాత్రము లేకుండా, రాకుండా చేయ గలిగితే, గంధాన్ని నిశ్శేషంగా తొలగించినట్లు అవుతుంది. ఈ విధంగా సంకల్ప ప్రభవా లైన కామాలను నిశ్శేషంగా,

నిర్లేపంగా దూరం చేసుకోవాలి. కామా లన్నిటినీ సంపూర్ణంగా విడిచి పెట్టినా, సంకల్పాలు మిగిలి ఉంటే తిరిగి కామనలు ప్రభవించే అవకాశ మున్నందున, సర్వకామ త్యాగములో సంకల్ప త్యాగమే ప్రధాన మైన దని ధ్యానయోగి ముందుగా గ్రహించాలి.

విషయాల యందు లేని రమణీయత ఉన్నట్లు కనిపించడాన్ని శోభనాధ్యాస అంటారు. ఈ శోభనాధ్యాసే సంకల్ప కామాలకు హేతువుగా ఉంటుంది. అనిత్య మైన మాయా విషయాలలో లేని సౌందర్యమును చూచి నపుడు, అవి చాలా మేలైనవి, పొంద దగినవి అనిపిస్తుంది. ఇదే సమీచీనత్వము. సమీచీనత్వము అంటే, మేలైనది, తగినది అని అర్థము. తగినది అంటే, నాకు తగినది అని భావము. తగినది కనుక దానిని తగిలించుకోవా లనే ఆశ జనిస్తుంది. అదే కామము. సంకల్ప ప్రభవము, ఉత్పన్నము.

ఇదం మే స్యాత్ - ఇదం మే స్యాత్ - ఇది నాకు కావాలి - ఇది నాకు కావాలి అనే సంకల్పము. ఈ సంకల్పం కలిగిన తరువాత, అది కామంగా మారుతుంది. కామం ఊరుకోదు. కామం విషయం వైపు ఊరేగుతుంది. పదార్థముల యందు సమీచీనత్వ బుద్ధి ఏర్పడ గానే సంకల్పం కదుల్తుంది. కదిలిన సంకల్పం కామాన్ని కదిలించి విస్తృమిస్తుంది. అక్కడ నుండి కామము విజృంభిస్తుంది. ఫలసిద్ధికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటుంది. కనుక, కామాలను త్యజించాలి అంటే, కామనలను కదిలించే సంకల్పాలను కూడా త్యజించాలి. కామ సంకల్ప త్యాగము జరగాలి. వివేక వైరాగ్యాల చేత కామనా విషయాల లోని దోషాలను దర్శించడం చేత కామ సంకల్పాలు ఆగుతాయి. అక్కడ నుండి ధ్యానం సాగుతుంది. ఆ తరువాత ఇంద్రియ నిగ్రహం జరగాలి.

ఇంద్రియ నియమము

మనస్సు చేత ఇంద్రియా లన్నిటినీ అన్ని వైపుల నుండి నిగ్రహించాలి ***(మనసైవ ఇంద్రియ గ్రామం వినియమ్య సమన్తతః)***. ఇంద్రియ గ్రామం అంటే ఇంద్రియ సముదాయము. ఇంద్రియాల నన్నిటినీ ఆయా విషయాల నుండి సంపూర్ణంగా నియమించాలి. దేని చేత నియమించాలి? మనస్సు చేత నియమించాలి. ఇక్కడ మనస్సు చేత అంటే, వివేకము చేత అని అర్థము.

మనస్సులో వివేకము ఉన్నప్పుడు విషయాలలో శోభనాధ్యాస ఉండదు. సమీచీనత్వ బుద్ధి ఏర్పడదు. కామం కదలదు. కామం నిగ్రహింపబడిన తరువాత ఇంద్రియాలు విషయాల వైపుకు ఎందుకు వెళ్తాయి? కనుక, మనస్సులో వివేకము ఉదయిస్తే, మనస్సు ఇంద్రియాలతో సంబంధాన్ని విరమించు కుంటుంది. మనస్సు ఇంద్రియాలతో సంబంధాన్ని దూరం చేసుకోగానే, విషయ సంబంధం నుండి ఇంద్రియాలు విడిపడి పోతాయి.

ఇంద్రియాలు గుఱ్ఱాలు అని ***(ఇంద్రియాణి హయాన్)***, మనస్సు కళ్ళెము అని ***(మనః ప్రగ్రహం)*** కఠోపనిషత్తు. గుఱ్ఱాలు ఆయా మార్గాలలో పయనించునట్లు, ఇంద్రియాలు ఆయా విషయాల వైపు పరుగులు తీస్తాయి ***(విషయాన్ తేషు గోచరాన్)***.

పయనించే దారులు సిద్ధంగా ఉన్నా, కళ్ళెమును లాగి పడితే, గుఱ్ఱాలు దారుల లోకి వెళ్ళ లేవు. అలాగే విషయాలు ప్రపంచంలో సిద్ధంగా ఉన్నా, వివేకముతో మనస్సును నిగ్రహిస్తే, ఇంద్రియాలు విషయాల వైపు వెళ్ళలేవు. వివేకం గల మనస్సు చేత ఇంద్రియాలను నియమించినట్లు, ధైర్యం గల బుద్ధి చేత మనస్సును విషయాల నుండి మరలించాలి.

మనో నిగ్రహము

ధైర్యం గల బుద్ధి చేత ***(ధృతి గృహీతయా బుద్ధ్యా)*** మెల్లమెల్లగా ***(శనైః శనైః)*** విషయాల నుండి మనస్సును ఉపరమించాలి ***(ఉపరమేత్)***.

బుద్ధిలో ధైర్యం ఉండాలి. సాహసం ఉండాలి. భయపడే బుద్ధి ఏదీ సాధించ లేదు. అలాగని ధైర్యం అంటే మొండి ధైర్యం కాదు. సత్త్వ గుణ ప్రధాన మైన ధైర్యం. వివేకముతో కూడిన ధైర్యం. ఈ విషయాన్ని గీతాచార్యుడు పద్దెనిమిదవ అధ్యాయంలో కూడా చెబుతాడు ***(ధృతిః సా పార్థ సాత్త్వికీ - 18 - 33)***. సాత్త్విక మైన ధైర్య సాహసాలు లేనపుడు మానవులకు శుభాలు ప్రాప్తించవు ***(న సాహస మనారుహ్య నరో భద్రాణి పశ్యతి)***.

ధైర్యం గల బుద్ధి చేత విషయాల నుండి మనస్సును మరలించాలి. ఈ విషయంలో తొందరపాటు మంచిది కాదు. అందుచేత, మెల్లమెల్లగా ***(శనైః శనైః)*** అంటున్నాడు. రబ్బరు బంతిని వేగంగా గోడ కేసి కొడితే, కొట్టిన వేగం కన్నా రెండింతలు వేగంతో వెను దిరుగుతుంది. విలపించే పసి బాలుని దిగ్గరగా గద్దిస్తే ఆ బాలుడు ఏడుపును రెండింతలుగా పెంచుతాడు. లాలించి పాలించాలి అని హితవాక్యం. పాలించడాని కైనా, పాలివ్వడాని కైనా లాలించడమే ప్రధానంగా ఉండాలి. అందుచేతనే యోగవాసిష్ఠంలో ***లాలయేత్ చిత్త బాలకమ్***, పసి బాలుణ్ణి లాలిస్తేనే పాలించడం జరుగుతుంది అన్నాడు వసిష్ఠ మహర్షి. ఇక్కడ కూడా అదే మార్గము. కనుక, మెల్లమెల్లగా ఉపరమించాలి.

అన్య చింతలు లేని ఆత్మ స్థితి

ధైర్యం గల బుద్ధి చేత విషయాల నుండి మెల్లమెల్లగా మనస్సును మరలించిన తరువాత, అట్టి మనస్సు తిరిగి బాహ్య విషయాల వైపు వెళ్ళకుండా జాగ్రత్త పడాలి. మనస్సును కేవలం అంతర్ముఖం చేసినంత మాత్రాన ఉపయోగం లేదు. నిద్రలో మనస్సు ఆంతర్యంలో లయించడం లేదా? మేలుకో గానే తిరిగి బాహ్యానికి పరుగులెత్తడం లేదా? అంతర్ముఖ మైన మనస్సు కూడా తిరిగి ప్రపంచం లోకి పరుగు లెత్తే అవకాశాన్ని కాదన లేము. అలా పోకుండా ఉండాలి అంటే, మనస్సును ఆత్మ యందే నిలిపి ***(ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా)*** దేనిని గూర్చి కూడా ఆలోచించకుండా ఉండాలి ***(కించిదపి న చింతయేత్)***.

మనస్సును ఆత్మ యందు ఉంచడము అంటే ఎలా? బీరువాలో డబ్బు ఉంచినట్లు, జేబులో కలాన్ని ఉంచినట్లు, మనస్సును ఆత్మలో ఉంచమని అర్థమా? అది ఎలా సాధ్యము?

ఆత్మ సంస్థం అంటే, ఆత్మయే సర్వము. ఆత్మ కంటే అన్య మైనది ఏదీ లేదు అనే భావంతో ఆత్మ యందే మనస్సు ఉండటాన్ని ఆత్మసంస్థం అని శ్రీ ఆచార్యుల భాష్యము ***(ఆత్మ సంస్థం, ఆత్మైవ సర్వం న తతః అన్యత్ కించిత్ అస్తి ఇత్యేవం ఆత్మ సంస్థం)***. జ్ఞాతృ - జ్ఞాన - జ్ఞేయ భేదము లేకుండా చైతన్యమే సర్వముగా తెలియుటయే ఆత్మ సంస్థం.

అన్య విషయాలను ఆలోచించి నపుడు మనస్సు బహిర్ముఖ మవుతుంది. ఇక్కడ అన్య విషయ చింతనము లేదు. ఇంద్రియాల నుండి, విషయాల నుండి విరమించిన మనస్సు ఆంతర్యంలో తన మూల మేమిటో ఆ వైపు పయనిస్తుంది.

ఇది చాలా జాగ్రత్తగా, అవధానంతో అర్థం చేసుకోవలసిన విషయం. మనస్సును ఆత్మ యందు నిలపడము అనేది సామాన్య మైన విషయం కాదు. మనస్సును ఎక్కడైనా పెట్టవచ్చు. ఆత్మలో ఉంచడం ఎలాగో నా కైతే అర్థం కాదు.

ఆత్మలో ఉంచాలి అంటే, ఆత్మ అంటే ఏమిటో ముందుగా తెలియాలి. అప్పుడే ఉంచడం సాధ్య పడుతుంది. ఆత్మ ఏమిటి? ఆత్మ అనంత స్వరూపము. ఏకము. అద్వితీయము. ఆత్మ కన్నా వేరుగా మనస్సు ఉంటే కదా, మనస్సును తీసుకెళ్ళి ఆత్మలో ఉంచడానికి! ఏది ఉన్నా అది ఆత్మ కన్నా వేరుగా లేదు. ఇక మనస్సంటారా? మనస్సు కూడా ఆత్మే. కాని, ఆత్మ మనస్సు కాదు.

మనస్సు ఏమిటి? అని ప్రశ్నించ గానే, అన్య చింతలు మాని, మనస్సు యొక్క మూలాన్ని అన్వేషిస్తూ పోవాలి. సంకల్పాలు ఎక్కడ నుండి పుడుతున్నాయో ఆ వైపు నడక సాగించాలి. సంకల్పానికి ఆధారంగా చైతన్యం ఉంటుంది. ఆత్మ చైతన్యం ఉంటుంది.

సంకల్పం ఉంది, చైతన్యం ఉంది. సంకల్పం లేదు, చైతన్యం ఉంటుంది. మనస్సు ఉంది, చైతన్యం ఉంది. మనస్సు లేదు, చైతన్యం ఉంటుంది. ఇదే మనస్సు యొక్క మూలం. జ్ఞాతృ - జ్ఞాన - జ్ఞేయ భేదము అర్థం గాని అఖండ ప్రకాశైక స్వరూపము. ధ్యాన మూలం. అన్య చింతలు మాని, మనస్సు ఆత్మ యందే ఎలా సంస్థితమై ఉండాలో, ఆ ప్రక్రియను మనస్సుకే మెల్లగా చెవిలో చెప్పింది శాస్త్రం.

న యాహి చేత స్స్వమిత స్తతోఽపి దేహేంద్రియాద్యై ర్నకురుష్వ కర్మ!
త్వం యత్ర కుత్రా ప్యుపవిశ్య నిత్యం విచార యస్వ స్వనిదాన మన్తః!

హే మనసా! నువ్వు అటు ఇటు పరుగు లెట్టకు. దేహేంద్రియాలతో కలిసి పని చేయకు. నువ్వు ఎక్కడో ఒక చోట కూర్చుని లోపల నీ మూల మెక్కడో నిరంతరము విచారిస్తూ ఉండు.

ధ్యానయోగి చేయవలసిన అభ్యాసము ఇదే. అదే విషయాన్ని తరువాత శ్లోకంలో చెబుతున్నాడు.

యతో యతో నిశ్చరతి మన శ్చఞ్చల మస్థిరమ్ ।
తత స్తతో నియ మ్యైత దాత్మ న్యేవ వశం నయేత్ ॥ 26

యతః-యతః-నిశ్చరతి-మనః-చంచలం-అస్థిరం
తతః-తతః-నియమ్య-ఏతత్-ఆత్మని-ఏవ-వశం-నయేత్

యతః యతః	= ఏయే విషయము లందు	ఏతత్	= దీనిని
చంచలం	= చంచల మైనది	నియమ్య	= మరలించి
అస్థిరం	= నిలకడ లేనిది	ఆత్మని ఏవ	= ఆత్మ యందే
మనః	= మనస్సు	వశం	= వశమును
నిశ్చరతి	= నిరంతరము సంచరించు చున్నదో	నయేత్	= తీసుకొని పోవాలి
తతః తతః	= ఆయా విషయముల నుండి		

అర్జునా! మనస్సు చంచలంగా ఉంటుంది. నిలకడ లేకుండా ఉంటుంది. ఎక్కడెక్కడో తిరుగుతూ ఉంటుంది. ఎక్కడ తిరిగినా అక్కడ నుండి మళ్ళించి తిరిగి ఆత్మ యందే నిలుపుతూ ఉండాలి.

వ్యాఖ్య

మనస్సును ఆత్మ యందు నిలిపి, దేనిని కూడా చింతించకుండా ఉండమని పూర్వ శ్లోకంలో భగవంతుడు ఆదేశించాడు. ఆదేశించినంత మాత్రాన మనస్సు అధీనంలో ఉంటుందా? మనస్సును ఆత్మలో నిలిపినా, అది నిలవకుండా బాహ్యానికి పరుగులు తీస్తే, అప్పుడు ధ్యానంలో మనం ఏమి చేయాలి? చెబుతున్నాడు.

చంచలము, అస్థిరము అయిన మనస్సు ***(చంచలమ్ అస్థిరం మనః)*** ఏయే కారణాల చేత బాహ్యానికి వెళ్తుందో ***(యతః యతః నిశ్చరతి, యస్మాత్ యస్మాత్ కారణాత్ బహిః గచ్ఛతి)*** అలాంటి ప్రతి విషయం నుండి ***(తస్మాత్ తస్మాత్ శబ్దాదేః కారణాత్)*** మనస్సును నియమించి ***(ఏతత్ నియమ్య)*** ఆత్మ యందే వశమై ఉండే లాగున ***(ఆత్మని ఏవ వశం నయేత్)*** చూసుకోవాలి. మనస్సును ప్రయత్నం చేత అనుకూలం చేసుకోవాలి.

స్వభావ దోషము

పవిత్ర మైన ధ్యానాభ్యాస సమయంలో మనస్సు ఎందుకని బాహ్యానికి పరుగు లెత్తుతుంది? కారణం

లేకుండా మనస్సు బహిర్ముఖ మవుతుందా? కారణం లేకుండా, ఎలా పడితే అలా తిరగడం పిచ్చివాళ్ళ లక్షణం. మరి ధ్యానం నుండి బాహ్యానికి పరుగులు తీస్తున్న మనస్సుకు పిచ్చి పట్టింది అంటారా? అదే వాస్తవ మైతే పిచ్చి పట్టిన మనస్సు ధ్యానంలో ఎలా ఆసీన మైంది?

నిష్కారణంగా మనస్సు బాహ్యంలో చరించడం లేదు. కారణం లేకుండా వెళ్ళడం లేదు. కాకపోతే, ఏ కారణం చేత బహిర్ముఖ మైనప్పటికి, ప్రాధాన్యత ధ్యానానికే కనుక, మనస్సును ఆయా కారణాల నుండి మరలించి ఆత్మ వశంలో ఉంచాలి.

మనస్సు చలించక పోతే ఆశ్చర్యము. మనస్సు సంచరించడంలో ఆశ్చర్యం ఏముంది? చలించడ మనేది మనస్సు యొక్క స్వభావము. స్వభావ దోషం వల్లనే మనస్సు క్షణం నిలకడ లేకుండా పరుగులు తీస్తూ ఉంటుంది ***(స్వభావ దోషాత్)***.

స్వభావాలు అనుకున్నంత తేలికగా మారవు. ***స్వభావో దురతి క్రమః*** స్వభావాన్ని అతిక్రమించడం కష్టం. అందుచేతనే, మారాలని తీవ్ర ప్రయత్నం చేసే మనుషులు కూడా మారలేక, వారి బ్రతుకులలో మార్పును చూడలేక బాధపడుతూ ఉండటం మనం చూస్తూనే ఉంటాము.

నిశ్చలంగా ప్రకాశింప వలసిన దీపం చలిస్తూ ఉంది అంటే, అలా చలించడం వెనుక కారణ ముంది. గాలి వీస్తూ ఉంటే దీపం చలించకుండా ఎలా ఉంటుంది? మనస్సు కూడా అంతే. విషయ వాసనా గాలులు వీస్తూ ఉంటే, మనస్సు మాత్రం చలించకుండా ఉంటుందా?

ధ్యానంలో ఉన్న మనస్సు తనకు తానుగా ఎందుకు బయటకు వెళ్తుంది? బయట నుండి ఎవరో బలవంతంగా మనస్సును బాహ్యానికి ఈడుస్తున్నారు. ఆంతర్యంలో ఉండలేని పరిస్థితిని కల్పిస్తున్నారు. అందుకే మనస్సు బయటకు పరుగు లెత్తుతోంది.

మనస్సును బాహ్యానికి ఈడ్చేవి పూర్వ వాసనలు. గతానుభవాలు మనుషుల్ని విడిచి పెట్టవు. అనుభవాలు అంతరించినా, అనుభవ జనిత సంస్కారాలు వేధిస్తూనే ఉంటాయి. బాహ్యం లోని శబ్దాలు, రూపాలు, రుచులు గతంలో మనస్సు అనుభవించినవే. ఆ అనుభవాలే నేడు వాసనల రూపంలో మనోగతమై ఉన్నాయి. అవే మనస్సును కదిలిస్తున్నాయి. ధ్యానంలో చలింప చేస్తున్నాయి. ఏయే వాసనలు కుదుపుతూ ఉంటే ***(యస్మాత్ యస్మాత్ నిమిత్తాత్)***, తత్సంబంధ మైన ఆయా విషయాల వైపు ***(తస్మాత్ తస్మాత్ శబ్దాదేః)*** మనస్సు పరుగులు తీస్తూ ఉంటుంది. ఆ దశలో మనస్సు మన వశంలో ఉండదు. మనమే మనస్సుకు వశపడి ఉంటాం.

గతంలో విషయాలలో రమణీయతా బుద్ధి ఉండటం చేత, శోభనాధ్యాస ఏర్పడి విషయ సుఖాలలో రమించడం జరిగింది. మనస్సులో ఆ విధమైన శోభనాధ్యాస ఇంకా అలాగే ఉంది కనుక, విచారం లోపించిన కారణంగా విషయాలు సుఖ హేతువులు అనే భావన చెదరకుండా ఉంది కనుక, మనస్సును ధ్యానంలో ఉంచినా, ముంచినా, అది మళ్ళీ విషయాల లోనే తేలుతూ ఉంది.

ఇప్పుడు ఏమి చేయాలి? మనస్సును ఎలాగైనా నియమించాలి. ధ్యానం నిరాటంకంగా సాగటానికి అదొక్కటే మార్గం. మరి మనస్సును నియమించే దెలా? ఏయే కారణాల చేత మనస్సు బాహ్యానికి వెళుతూ ఉందో, ఆయా విషయాల యొక్క వాస్తవ స్వరూపాన్ని మనస్సు దర్శించే లాగ విచారము ద్వారా నిరూపించాలి. ఇది మొదటి ఉపాయము. ఇక రెండవది, వైరాగ్య భావన చేత అవి ఎలా నిస్సారమో మనస్సుకు అర్థ మయ్యేలా చేయాలి. ఇలా చేస్తే మనస్సు విషయాల నుండి విరమించి మనం ఆశించినట్లు ఆత్మలో స్థిర పడుతుంది.

వైరాగ్య భావన

ప్రతిదీ ప్రతి దానితో సంబంధం కలిగి ఉన్న ఈ ప్రపంచంలో మనస్సును ఏది ఎప్పుడు హరిస్తుందో చెప్పలేము. ఎప్పుడు ఏ విషయం చలింప చేస్తుందో అర్థం కాదు. వంగే మొక్కనే ఎవరైనా వంచ గలరు. వంగని చెట్టును ఎవ్వరూ వంచలేరు. చలించే లక్షణం ఉంది కనుకనే మనస్సును విషయాలు చలింప చేయ గలుగుతున్నాయి. స్థిర బుద్ధిని కదిలించే శక్తి విషయాలకు ఎక్కడ నుండి వస్తుంది?

మనస్సుకు స్థిరత లేదు. సుస్థిరత తెలియదు. అస్థిరతే మనస్సుకు ఆస్తి. అస్థిర మైనది చలించకుండా ఉంటుందా? అందుచేతనే మనస్సు చంచలము, అస్థిరము అంటున్నాడు భగవంతుడు ***(మనశ్చంచల మస్థిరమ్).***

స్థిర మైనది చలించదు. చలించేది స్థిరం కాదు. ఏది చంచలమో అది అస్థిరము. ఏది అస్థిరమో అది చంచలము ***(మనః చంచలమ్ అత ఏవ అస్థిరం).*** ఈ రెండూ ఒక్కటే కదా అనిపిస్తూ ఉంది కదూ! నిజమే, కాని రెండిటి మధ్య ఏదో ఉంది.

కోతికి స్థిరత్వం ఉండదు. అస్థిర మైన స్వభావం కలిగి ఉంటుంది. ఒక కొమ్మ మీద కొంచెం సేపు స్థిరంగా కూర్చోవడం కోతికి చేత కాదు. ఒక కొమ్మ నుండి మరొక కొమ్మ పైకి ఎగురుతూనే ఉంటుంది. ఇది అస్థిరత్వం.

కోతిని పట్టుకొని, దాని కాళ్ళు కట్టేసి ఒక చోట కదలకుండా కూర్చోపెట్టి చూడండి! బంధింపబడి ఉంది కనుక ఎగరలేక, దుముకలేక ఉంచిన చోటే స్థిరంగా ఉన్నట్లు కనిపిస్తుంది. మరు క్షణం లోనే వెక్కిరిస్తూ, వెకలి చేష్టలు చేస్తూ అగుపిస్తుంది. ఇది కోతి యొక్క చంచలత్వము. కోతి ఎందుకని అస్థిరము? ఎందుకని చంచలము అంటే ఏమి చెప్పగలం? అస్థిరం కనుక చంచలం, చంచలం కనుక అస్థిరం. అంతే. మనస్సు కూడా అలాంటిదే. కనుక అది అస్థిరం గాను, చంచలం గానూ ఉంటుంది. అస్థిర స్వభావం కలిగింది అస్థిర సుఖాల వైపే పరుగులు తీస్తుంది. చంచల స్వభావం కలది చంచల మైన విషయాల వైపే మొగ్గు చూపుతుంది. అలాంటి మనస్సును నియమించాలి అంటే, మనస్సుకు విషయాల యదార్థ స్వరూపాన్ని తెలియ పరచడం, వైరాగ్య భావనను వంట పట్టించడం - ఈ రెండే ఉపాయాలు ***(యథాత్మ్య నిరూపణేన ఆభాసీకృత్య వైరాగ్య భావన యా చ).***

మనసా! ఏదో సుఖ పడాలని ఇంత కాలం విషయాలలో పరిభ్రమించావు. సుఖపడిన దాఖలాలు ఉన్నాయేమో ఒక్కసారి ఆలోచించు. ఎక్కడ సుఖపడ్డావో చెప్పు? ఎప్పుడు సుఖపడ్డావో విశ్లేషించుకో! అల్ప సుఖాలలో ఆనందం కోసం ఎంత కాలం అన్వేషిస్తావు?

అల్పమైన వాటిలో, స్వల్పమైన వాటిలో సుఖం లభించదు ***(నాల్పే సుఖ మస్తి).*** అల్ప మైనవి ఏవైనా అనిత్యాలే కనుక, అవి నశించి పోతాయి ***(యదల్పం తన్మర్త్యం).*** మృత మయ్యేవి ఏవైనా అవశ్యం దుఃఖాన్ని కల్పిస్తాయి ***(యన్మర్త్యం తద్దుఃఖం).*** ఇక, నువ్వు సుఖపడే దేముంది చెప్పు?

ఈ విధమైన అనిత్య విషయాల వెంట పడిన వారికి ఏం జరిగిందో కళ్ళు తెరచి చూడు. వాళ్ళు ఏమి సాధించారో పరిశీలించి అర్థం చేసుకో! ఆందోళన తోనే బ్రతుకు తున్నారు. ఆవేదన తోనే మరణిస్తున్నారు.

చిత్తమా! ఈ ప్రపంచం ఎవరిదో కాస్త ఆలోచించు. మనది మాత్రం కాదు. మనం రాక ముందే ఈ ప్రపంచం ఉంది. మనం పోయిన తరువాత కూడా ఉంటుంది. ఎవరికీ సంబంధించని ఈ ప్రపంచాన్ని అందరూ తమ దైనట్లు భావిస్తున్నారు. అందరికీ అన్నీ కావాలి. కాని, ఏదీ ఎవరికీ దక్కడం లేదు. ఇది మిథ్యా ప్రపంచము. ఇదొక మాయా జగత్తు. ఉన్నది కనిపించదు. కనిపించేది ఉండేది కాదు.

దేనిని పొందినా పోగొట్టుకో వలసిందే. రాబట్టుకోవాలనే ఆశ - పోగొట్టుకున్నా మనే నిరాశ, ఇదేనా జీవితం? చేజారి పోయేవే చేతికి అందుతున్నాయి. ఛాయలే మన వెంట నడుస్తున్నాయి. మాయలే మనల్ని మురిపిస్తున్నాయి.

ప్రపంచంలో ఉన్నవి నీవి అవుతాయేమో గాని, కలల ప్రపంచంలో ఉన్నవి నీవి అవుతాయా? కల ఎవరిది? నీదే. కలలో నీకు తెలిసిన ప్రపంచం నీది కానపుడు, నీకే తెలుస్తున్న ఈ ప్రపంచం మాత్రం నీ దవుతుందా? మేలుకుంటే కల మిథ్య. జ్ఞానంలో జాగృతిని పొందితే ఈ ప్రపంచం మిథ్య. మిథ్యలో పడి ఎంత కాలం వ్యథ చెందుతావు? జ్ఞాన ప్రకాశంలో శోభించడానికి ఎందుకు ప్రయత్నించవు?

చిత్తమా! నీ రూపాన్ని అద్దం ఎంతగా చూపించినా, అలా చూపించి నిన్ను ఎంతగా మురిపించినా, నువ్వు అద్దంలో లేవు అనేది వాస్తవం. అద్దంలో కనిపించేది నీ ప్రతిబింబమే గాని నువ్వు కావు. నువ్వు కాని అద్దానికి అలంకరణలు చేసే దుర్గతి నీ కెందుకు పట్టింది? నిన్ను నీవు విస్మరించే అధోగతికి నువ్వు ఎందుకు దిగజారు తున్నావు? ఇక్కడే బ్రతుకు దారి తప్పుతుంది.

మనసా! అనిత్యాలను వాటేసుకుంటే అవి తప్పక కాటేసి పోతాయి. కాటేసేందుకే అవి మాటేసుకుని ఉన్నాయి. నా మాట విను! ఈ ప్రపంచం ఒక అగ్ని గోళం. ఎక్కడ పట్టుకున్నా చెయ్యి కాలుతుంది. ఎవరిని ముట్టుకున్నా చిత్తం పేలుతుంది. అర్థం చేసుకో! మూడు రోజుల ముచ్చటలో మృత్యువే ముందు కాచుకొని ఉంది.

పల్లవి: నాలుగు రోజుల ఆట - బ్రతుకు
మూడు దినాల ముచ్చట ॥ నాలుగు ॥
చరణము: ఎవరికి ఎవరో ఏమౌతారో ఎరుగరు ఎవరూ ఇల లోన
ఏదేమైనా ఎవరెటు పోయినా చింతే మిగులును భువి లోన ॥ నాలుగు ॥

అని చైతన్య గీతం.

మనసా! అర్థమైంది కదూ! తిరిగింది చాలు! ఇక తిరుగుదలే మేలు. దుఃఖమిశ్రిత మైన ఈ క్షణిక సుఖాలు నీ కెందుకు? ఇవి నిన్ను బలహీనం చేస్తాయి. బ్రతుకును బజారున పడేస్తాయి. బుగ్గిపాలు చేస్తాయి.

నీ శక్తిని నీవు మరచి పోయావు. బలమైన నువ్వు దుర్బలాల వెంటపడి పోతున్నావు. నీ శక్తి అపారము. నీ యుక్తి అనంతము. కంప్యూటర్‌ని కనిపెట్టింది నీవే. ఖగోళాన్ని గాలించింది నీవే. ప్రపంచ మంతా నీ చూపులో ఇమిడి పోతుంది. విశ్వమంతా నీ కౌగిలిలో కరిగి పోతుంది.

ఇక వెను దిరుగు! ప్రపంచంలో దగా పడ్డావు. ధ్యానంలో ధన్యత పొందుతావు. అల్ప సుఖాలకు చరమ గీతం పాడు! అక్షయ సుఖానికి తెర తొలగించు! దేనినీ చింతించకు! ఆత్మ లోనే రమించు! ***(ఆత్మ సంస్థం మనః కృత్వా న కించి దపి చిన్తయేత్).***

ఈ విధమైన వైరాగ్యాన్ని మనస్సుకు విచారం చేత పట్టిస్తే, ఆ తరువాత మనస్సు ప్రపంచంలో కలత పడటం మానేసి ధ్యానంలో కుదుట పడి ఉంటుంది.

ఇక, ధ్యానము యొక్క ఫల మేమిటో చెబుతున్నాడు.

ప్రశాన్త మనసం హ్యేనం యోగినం సుఖ ముత్తమమ్ ।
ఉపైతి శాన్తరజసం బ్రహ్మభూత మకల్మషమ్ ॥ 27

ప్రశాంతమనసం-హి-ఏనం-యోగినం-సుఖం-ఉత్తమం
ఉపైతి-శాంతరజసం-బ్రహ్మభూతం-అకల్మషం

ప్రశాంత మనసం	= ప్రశాంత చిత్తుడు		యోగినం	=	యోగిని
శాంతరజసం	= శాంతించిన రజోగుణము గలవాడు		ఉత్తమం	=	శ్రేష్ఠమైన
బ్రహ్మభూతం	= బ్రహ్మభూతుడు		సుఖం	=	సుఖము
అకల్మషం	= పాపరహితుడు		ఉపైతి హి	=	పొందుతూ ఉంది
ఏనం	= ఈ				

అర్జునా! ధ్యానయోగి ప్రశాంత మనస్కుడు. వికారాలు లేని వాడు. దోషాలు తెలియని వాడు. జీవన్ముక్తుడు. అతణ్ణి అక్షయ సుఖం వరిస్తుంది.

వ్యాఖ్య

ఒక వస్తువు నందు మనకు ప్రియత్వము లేనపుడు, ఆ వస్తువు మనకు సుఖాన్ని పంచలేదు. ఒక వ్యక్తి యందు మనకు ఇష్టము లేనపుడు ఆ వ్యక్తి నుండి మనకు ఆనందం కలగదు. ప్రియ వస్తువే ప్రియత్వాన్ని అందిస్తుంది. ఇష్టమైన వ్యక్తే సుఖ పెట్టడం జరుగుతుంది.

ఏది మనకు ఇష్టమో అది మనకు సుఖ హేతువుగా గోచరిస్తుంది. ఇష్ట మైనది అయిష్టంగా మారి నపుడు, ఆ వస్తువు లేదా వ్యక్తి ఉంటారే గాని, సుఖ హేతువులుగా ఉండలేరు. పైపెచ్చు, దుఃఖ కారణాలుగా మారినా ఆశ్చర్యపో నవసరం లేదు.

భోక్త భోగ్య సంబంధమే సుఖానికి కారణ మయ్యేట ట్లయితే, సుఖ మనేది భోక్తకు సంబంధించిందా? లేక భోగ్యానికి సంబంధించిందా? అనే శంక కలుగుతుంది. అనుభవించడము అనేది కేవలం కార్యమే కనుక, సుఖ మనేది వస్తువులో నైనా ఉండాలి, లేదా ఆ వస్తువును అనుభవించే వ్యక్తిలో నైనా ఉండాలి.

వస్తువుపై మనకు ప్రియత్వము లేనపుడు, కోరిక లేనపుడు వస్తువు సుఖాన్ని పంచలేక పోతూ ఉంది కదా! సుఖము అనేది వస్తువుకు సంబంధించింది అయితే, మన ఇష్టాయిష్టాలతో పని లేకుండా సుఖాన్ని పంచుతూ ఉండాలి. కాని మన అనుభవం ఇందుకు భిన్నంగా ఉంది. అదీ గాక, వస్తువులో గనుక సుఖమే ఉంటే, ఒకరికి సుఖాన్ని పంచిన వస్తువు అందరికీ సుఖాన్ని పంచేదై ఉండాలి. ఈ విషయంలో కూడా మన అనుభవం విభేదిస్తూ ఉంది. కనుక సుఖ మనేది వ్యక్తి లోనే ఉంది. వ్యక్తి స్వరూపమే ఆనందము. ఇష్ట వస్తువు సుఖాన్ని పంచుతుంది అంటే, అది పంచే సుఖం తనలో లేదు. ఆ వస్తువు పట్ల వ్యక్తిలో ఉన్న ప్రియత్వమే వస్తువులో ప్రతిఫలించి దానిని సుఖ కారణంగా మార్చుతూ ఉంది. అంటే, వస్తువులో లేని సుఖాన్ని వస్తువుకు ఆపాదిస్తూ ఉంది.

ఆనందము అనేది అనుభవించే వానికి సంబంధించింది. అందము అనేది చూచే వానికి సంబంధించింది. ఇది కేవలం వృత్తి రూప సుఖం. వృత్తి, లేదా ఆలోచన వస్తువు నుండి, లేదా కోరిక నుండి విరమించి నపుడు, అది చైతన్యము నందు లయిస్తుంది కనుక, అక్కడ నిత్యానందము అనుభూతిగా అందుతుంది. అది అక్షయ సుఖం.

ఆ ఆనందం వృత్తి రూపమైంది కాదు. స్వరూపానికి సంబంధించింది. కోరికకు సంబంధించింది కాదు. కోరికకు సంబంధించిందే అయితే, కోరిక తీరి పోగానే ఆనందం కూడా కారి పోవాలి. కాని, స్వరూపానందము అలాంటి పరిచ్ఛేద సుఖం కాదు. నైమిత్తికం కాదు. పరిమిత మైంది కాదు. నిత్య మైనది. అఖండ మైనది.

ఉత్కృష్ట మైనది. యావత్ ప్రపంచము లేకపోయినా, స్వరూపానందం నిత్యమై ఉంటుంది. ఏది లేకపోయినా మనం గాఢనిద్రలో సుఖాన్ని అనుభవిస్తున్నా మంటే, దానికి కారణము ఆత్మయే. అదే ఆత్మ సుఖము. ఆత్మానందము. కనుక సమస్త సుఖాలకు ఆధార మైన ఆత్మసుఖాన్ని ధ్యానయోగి తన లోనే అనుభూతిగా పొందు తున్నాడు. అట్టి ఉత్తమ మైన సుఖం యోగిని చేరుతుంది ***(ఏనం యోగినం సుఖం ఉత్తమం నిరతిశయం ఉపైతి ఉపగచ్ఛతి).*** ఎలాంటి యోగిని చేరుతుంది? ప్రశాంత చిత్తుడు, వికార రహితుడు, దోషములు లేని వాడు, జీవన్ముక్తు డైన యోగిని అక్షయ సుఖం చేరుతుంది.

ప్రశాంత మనస్కుడు

మిక్కిలి శాంతించిన మనస్సు ఎవడి కైతే ఉందో అతడు ప్రశాంత మనస్కుడు ***(ప్రశాంతం మనః యస్య సః ప్రశాన్త మనాః).*** మనస్సులో ఏ విధమైన కలతలు లేనివాడు. ధ్యాన యోగాభ్యాసము వలన వృత్తి రహితమైన మనస్సు ఆత్మ యందే శాంతిని పొందుతుంది. ఈ విధమైన శాంతిని పొందిన మనస్సు ఆత్మ సంబంధమైన ఉత్తమ సుఖాన్ని అనుభవిస్తుంది. ప్రశాంత చిత్తములో అనుభూతిగా తెలిసే నిరతిశయ సుఖము సంప్రజ్ఞాత సమాధి ఫల మని నీలకంఠీయము.

శాంత రజస్కుడు

శాంతించిన మోహాది క్లేశములు గల వాడు శాంత రజస్కుడు ***(శాంత రజసం ప్రక్షీణ మోహాది క్లేశ రజసమ్ ఇత్యర్థః).*** నిరంతర ధ్యానాభ్యాసము చేత మనస్సు లోని రజోగుణమును పోగొట్టుకొనిన వాడు. ఇక్కడ రజ శ్శబ్దము తమోగుణానికి ఉపలక్షణము. రజ శ్శబ్దము ద్వారా రజోగుణముతో పాటు తమోగుణమును కూడా గ్రహించాలి. అంతేకాదు, ఆ రెండు గుణాల కారణంగా మనస్సులో చెలరేగే కామ, క్రోధ, లోభ, మోహాది క్లేశాలు అనే కార్యాలు కూడా ఉపశమించిన వాడు శాంత రజస్కుడు. కేవలము శుద్ధ సత్త్వ స్వభావుడు. కనుక కల్మష రహితుడు.

అకల్మషుడు

అకల్మషుడు అంటే ఏ విధమైన కల్మషములు లేని వాడు. పాపములు లేని వాడు. ఏ విధమైన అధర్మాది జీవనము లేని వాడు ***(అకల్మషమ్ అధర్మాది వర్జితమ్).*** అంతఃకరణము లోని రాగద్వేషాదులే పుణ్య పాపాలకు హేతువు లైన కల్మషములు. రాగద్వేషాల నుండి విడి పడిన పవిత్ర మైన మనస్సు కలవాడు.

విక్షేప విపరీత భావాలకు మూలమైన రజ స్తమో గుణాలు కామ క్రోధ, లోభ మోహాది కార్య సహితంగా నిశ్శేషంగా వినాశమును పొందడం చేత వృత్తి శూన్యమైన ప్రశాంత చిత్తముతో నిర్వికారమై ఉండు ధ్యాన యోగియే బ్రహ్మభూతుడు.

బ్రహ్మభూతుడు

సర్వము బ్రహ్మమే అనే నిశ్చయజ్ఞానం కలవాడు బ్రహ్మభూతుడు ***(బ్రహ్మైవ సర్వం ఇత్యేవం నిశ్చయ వన్తం బ్రహ్మ భూతమ్, జీవన్ముక్తం ఇత్యర్థః).*** బ్రహ్మభూతుడే జీవన్ముక్తుడు. నిరతిశయ సుఖానుభూతిని పొందిన వాడు. తనతో పాటు ఈ కనిపించే దృశ్యమాన జగత్తు కూడా బ్రహ్మమే అని గ్రహించిన వాడు. జీవించి ఉండగానే ముక్తిని పొందిన వాడు.

బ్రహ్మభూతుని ఆనందము కాలంలో వచ్చి పోయేది కాదు. తన సుఖానికి ఒక ప్రత్యేక కారణం అవసరం లేని వాడు కనుక జీవన్ముక్తుడు సదానంద స్వరూపుడు. అంతకు మించిన సుఖము మరొకటి

లేనందున, అతడు పొందినది ఉత్కృష్ట మైన సుఖము **(సుఖ ముత్తమమ్).** కాకపోతే, ఈ ప్రస్తుత శ్లోకంలో ఒక పదం విచిత్రంగా ప్రయోగింప బడింది. అవగాహన లేని వారికి అది సంశయాన్ని కలిగించక పోదు.

బ్రహ్మభూతుని ఉత్తమ మైన సుఖం **ఉపైతి.** వచ్చి చేరుతుంది అని ఉంది. బ్రహ్మభూతుడు సుఖాన్ని చేరాడు అంటే అర్థం చేసుకోగలం. సుఖము వచ్చి బ్రహ్మభూతుని చేరింది అంటే, సుఖము కర్త అవుతుంది. ఇంతవరకు ఆనందమును పొందుట అని అర్థం చేసుకున్నాం. ఇక్కడే ఆనందం వచ్చి చేరుతుంది అనేది వింటున్నాము. పొందడము అంటే, ఉండి కూడా ఏదయితే ఉన్నట్లు తెలియకుండా ఉందో, దానిని తెలుసుకోవడమే అని అర్థం చేసుకున్నాం. ఇక్కడ వచ్చి చేరుతుంది అంటే, అంతవరకు లేనిది క్రొత్తగా వచ్చి చేరుతుంది అనే అర్థం వస్తుంది. అదే వాస్తవ మైతే, అలాంటి సుఖం ఉత్తమ సుఖం కాలేదు.

ఈ సంశయం తరువాత శ్లోకంలో పరిహరింప బడుతూ ఉంది.

యుఞ్జ న్నేవం సదాత్మానం యోగీ విగత కల్మషః ।
సుఖేన బ్రహ్మసంస్పర్శ మత్యన్తం సుఖ మశ్నుతే ॥ 28

యుంజన్-ఏవం-సదా-ఆత్మానం-యోగీ-విగతకల్మషః
సుఖేన-బ్రహ్మసంస్పర్శం-అత్యంతం-సుఖం-అశ్నుతే

ఏవం	= ఈ విధంగా	సుఖేన	= సులభంగా
సదా	= ఎల్లప్పుడు	బ్రహ్మ సంస్పర్శం	= బ్రహ్మానుభవమును
ఆత్మానం	= తనను	అత్యంతం	= మిక్కిలి శ్రేష్ఠమైన
యుంజన్	= ఆత్మ యందు నిలుపుచు	సుఖం	= ఆనందమును
విగత కల్మషః	= పాప రహితుడైన	అశ్నుతే	= పొందుతాడు
యోగీ	= యోగి		

పార్థా! యోగి దోషరహితుడు. నిరంతరము మనస్సును ఆత్మ యందే ఉంచుతాడు. అతడు బ్రహ్మానుభూతిని అనాయాసంగా పొందుతాడు. పరమ సుఖాన్ని అనుభవిస్తాడు.

వ్యాఖ్య

అందరూ మోక్షాన్నే వాంఛిస్తున్నారు. సాధించా లని సాధనలు ఆచరిస్తున్నారు ***(తదేవ సాధ్యతామ్).*** ఆత్మ సాక్షాత్కారమే మోక్షము అని ఇప్పటికే గ్రహించాము. కనుక సాధ్యము అనేది మోక్షమే. మోక్షము అనినా, ఆత్మ అనినా ఒకటే అని కూడా తెలుసుకున్నాం. మరి ఆత్మను ఎలా పొందాలి? సాధ్య రూపంలో ఉన్న ఆత్మను పొందడానికి సాధన ఏమిటి?

ఆత్మ అనంతము, అఖండము అని తెలుసుకున్నాం. అనంత మైన దానిని పొందడానికి ఏ సాధన చేయగలం? సాధన ఏదైనా అది కర్మే. కర్మ ఏదైనా దానికి ఆద్యంతాలు ఉంటాయి. ఆద్యంతాలు కలిగిన కర్మ ద్వారా అనంత మైన ఆత్మను పొందడం శక్యమా?

ఆత్మ అనంతము కనుక, దానిని పొందడానికి అనంత మైన కర్మను ఆచరించడం సాధ్యపడదు. ఆత్మ అనంతంగా ఉంది అంటే, ఆత్మ కన్నా అన్యంగా రెండవది లేదు అని అర్థము. అట్టి అనంతాత్మ జ్ఞాన రూపమై ఉంది కనుక, ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానము కలిగితే, ఆత్మ ఏమిటో తెలిసి పోతుంది. ఆత్మను తెలియడమే ఆత్మను పొందడము. కనుక ఆత్మ సాధ్యమైతే, జ్ఞానము సాధనమై ఉంది. జ్ఞానము కలిగితే ఆత్మను పొందినట్లే.

ఆత్మవిచారము ద్వారానే ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. గురు సాన్నిధ్యంలో ఆత్మ విచారం చేయడం ద్వారా ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది. అట్టి జ్ఞానము ప్రాప్తించాలి అంటే బుద్ధి శుద్ధి పడి ఉండాలి. సాధనకు అంతరాయాలు లేకుండా ఉండాలి. ఈ రెండు విషయాల యందు విజయం సాధించిన యోగి, మనస్సును సదా ఆత్మ యందు ఉంచడం ద్వారా ఆత్మ సాక్షాత్కారాన్ని పొందుతాడు. తానే ఆత్మ అని గ్రహిస్తాడు. అంతేకాదు, ఆత్మయే బ్రహ్మము అనే అఖండాత్మ జ్ఞానాన్ని పొంది, అఖండానందమును స్వరూప స్థితిలో అనుభవిస్తాడు.

పూర్వ శ్లోకంలో తెలిపిన ఉత్తమ మైన సుఖరూప మోక్షమును పొందాలి అంటే ప్రధానంగా (1) మనస్సు లోని పాపాలను ప్రక్షాళనం చేసుకోవాలి. (2) నిరంతరాయంగా మనస్సును ఆత్మ యందే ఉంచాలి. ఈ రెండు విషయాలను ప్రస్తుత శ్లోకంలో సుస్పష్టం చేస్తున్నాడు.

మనస్సును సదా ఆత్మ యందే నిలిపి ***(సదా ఆత్మానం యుంజన్)***, పాపము లన్నీ పోగొట్టుకొన్న ***(విగత కల్మషః)*** యోగి నిరతిశయ మైన ఆనందమును ***(అత్యన్తమ్ సుఖమ్)***, అనాయాసంగా బ్రహ్మానుభూతిని ***(సుఖేన బ్రహ్మ సంస్పర్శం)*** పొందుతాడు ***(అశ్నుతే)***.

సదా మనస్సును ఆత్మ యందే నిలప మని చెప్పేది ఎవరి కోసం? నిలపాలి అనుకుంటూ నిలుప లేకుండా ఉన్న సాధకుల కోసం. మరి, అలా నిలపలేక పోవడానికి కారణా లేమిటి? ఏవో ప్రతిబంధకాలై ఉండాలి. అవే అంతరాయాలు. అవి తొలగిపోతే సాధన సదా, అంటే నిరంతరాయంగా సాగుతుంది. కనుకనే ప్రస్తుత శ్లోకంలో **యోగీ** అనే పదానికి యోగ ప్రతిబంధకాలు లేని వాడు ***(యోగీ, యోగాంతరాయ వర్జితః)*** అని అర్థం చెప్పింది శ్రీ శంకర భాష్యము.

అంతరాయాల మధ్య ఏ సాధన అయినా ప్రవాహ రూపంలో సాగదు. ముళ్ళున్న బాటలో ప్రయాణం వేగాన్ని పుంజుకోదు. రాళ్ళున్న రహదారిలో వాహన వేగం సహజం గానే తగ్గి పోతుంది. కాలువలో నీరు ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది. అడ్డుకట్ట వేస్తే, నీరు ముందుకు పోలేక ఆగి పోతుంది. అడ్డుకట్టను తొలగించ గానే మళ్ళీ నీరు ప్రవాహ రూపంలో సాగుతుంది. యోగం కూడా అంతే. ఏ విధమైన యోగ ప్రతిబంధకాలు లేనపుడే సాధన సదా సాగుతుంది. యోగాన్ని ముందుకు పోనివ్వకుండా ఆపే ఈ అంతరాయాలు తొమ్మిది విధాలు అని పతంజలి మహర్షి యోగదర్శనంలో తెలిపాడు.

నవ విధ అంతరాయాలు

యోగాంతరాయాలు లేని వాడు యోగి అని ఆచార్యుల వారి భాష్యానుసారముగా యోగాంతరాయాలు ఏమిటో తెలుసుకొని, వాటిని తొలగించుకోవడం మంచిది అనే ఉద్దేశ్యముతో పతంజలి యోగదర్శనాన్ని అనుసరిస్తూ అంతరాయాలు తెలియ జేస్తున్నాను.

సూ॥ ***వ్యాధి స్త్యాన సంశయ ప్రమా దాల స్యావిరతి భ్రాంతి దర్శనాలబ్ధ భూమి***
క త్వానవస్థితత్వాని చిత్త విక్షేపా స్తేఽ న్త రాయాః ॥ - ఈ విధంగా యోగానుష్ఠానానికి, సాధనకు తొమ్మిది అంతరాయాలు ఉన్నాయని పతంజలి మహర్షి యోగదర్శనం - సమాధి పాదం లోని ముప్పైయవ సూత్రం. ఈ తొమ్మిది అంతరాయాలను వరుస క్రమంలో సంక్షేపంగా చెప్పుకుందాం.

(1) వ్యాధి :- శరీరం లోని ధాతు రస కరణములు విషమించడమే వ్యాధి సంక్రమణము. వాత పిత్త కఫాలు ధాతువులు. ఆహార పరిణామ రూపాలు రసాలు. శ్రోత్రాది ఇంద్రియాలు కరణాలు. ఇవి అపసవ్య మైనపుడు ఆరోగ్యంలో మార్పులు వస్తాయి. అవే వ్యాధులు. వ్యాధిగ్రస్తుడు యోగాభ్యాసాన్ని కొనసాగించ లేడు. కనుక,

యోగికి వ్యాధి మొదటి అంతరాయము. దాని అర్థము యోగి ఆరోగ్యవంతుడై ఉండాలి.

(2) స్త్యానము :- అకర్మణ్యత్వమును స్త్యానము అంటారు. ఇదొక అసమర్థ స్థితి. ఆచార్యుడు ఎంత బోధిస్తున్నా, ఎనుబోతు మీద వాన కురిసినట్లు, ఏ మాత్రం చలనం లేకుండా, సామర్థ్యాన్ని పెంచుకోకుండా పడి ఉండటమే స్త్యానము.

(3) సంశయము :- ప్రమేయ ప్రమాణ విషయాలలో అనిశ్చిత పరిస్థితి. అశ్రద్ధకు ప్రతిరూపము. శాస్త్ర ప్రతిపాదిత విషయాన్ని విశ్వసించ లేని స్థితి. గురు వాక్యము నందు శ్రద్ధ లేని పరిస్థితి. ఇదే సంశయము. విశ్వాసం ఉద్ధరిస్తుంది. సంశయము నశింప చేస్తుంది. ***సంశయాత్మా వినశ్యతి*** అని గీతాచార్యుని మాట.

(4) ప్రమాదము :- సాధనలను ఆచరించుటకు కావలసిన సామర్థ్యము లేకపోవడం స్త్యాన మైతే, సామర్థ్యము ఉండి కూడా, అనుష్ఠానము చేయకుండా, *ఎక్కడున్నావు గొంగళీ? అంటే, వేసిన చోటే ఉన్నాను వెంగళీ!* అన్నట్లు పడి ఉండటం ప్రమాదము. విషయాంతర వ్యాపారం చేత సాధన యందు ఉదాసీనంగా ఉండటము అని అర్థం చేసుకోవాలి.

(5) ఆలస్యము :- తమోగుణ ప్రభావము చేత దేహేంద్రియ చిత్తములు బరువెక్కి ఉండటము ఆలస్యము. ఇది వ్యాధిలా కనిపిస్తున్నా వ్యాధి కాదు. ఒక విధమైన అలసత్వము.

(6) అవిరతి :- చిత్తంలో విషయాసక్తి ఉండటమే అవిరతి. విషయాసక్త మైన చిత్తము నిర్విషయ వ్యాపార మైన ధ్యానాన్ని ఎలా కొనసాగిస్తుంది?

(7) భ్రాంతి దర్శనము :- సత్యాన్ని అసత్యంగా, అసత్యాన్ని సత్యంగా దర్శించడం. శాస్త్ర విషయాన్ని గాని, గురుబోధను గాని ఉన్న దున్నట్లుగా కాకుండా, చదువ వేస్తే ఉన్న మతి పోయినట్లు, అన్నిటినీ విపరీతంగా గ్రహించడము భ్రాంతి దర్శనము.

(8) అలబ్ధ భూమికత్వము :- యోగానుష్ఠానానికి ప్రధాన భూమిక అయిన ఏకాగ్రత కొరవడి ఉండటము. అనేకాగ్రత వల్ల, లేదా శూన్యాగ్రత వల్ల ఏకాగ్రత అలభ్యంగా ఉండటము.

(9) అనవస్థితత్వము :- ఏకాగ్రత లభించినా, సాధనకు అన్నీ అనుకూలంగా ఉన్నా, అన్నీ ఉన్నాయి - *అల్లుడి నోట్లో శని ఉంది* అన్నట్లు, ప్రయత్న మాంద్యం వల్ల మనస్సు యోగానుష్ఠానము నందు స్థిరపడ కుండుట అనవస్థితత్వము.

యోగంలో ఉండే ఈ తొమ్మిది విఘ్నాలను యోగాంతరాయా లని అంటారు. ఇవి తొలగి నపుడే సాధన నిరంతరాయంగా సాగుతుంది. యోగము లోని ఈ అంతరాయాలు ఈశ్వర ప్రణిధానం వల్ల తొలగి పోతాయి అని పతంజలి మహర్షి యోగసూత్రాలలో అభిప్రాయ పడ్డాడు.

యోగాంతరాయాలను తొలగించుకొని ఆత్మ యందు స్థిరుడైన యోగి పాపరహితుడు. దోష వర్జితుడు. కల్మషాలు అంతరించిన వాడు.

విగత కల్మషుడు

విగత కల్మషుడు అంటే పోయిన పాపాలు కలవాడు అని అర్థము ***(విగత కల్మషః విగత పాపః).*** ఇక్కడ పాపము అనేది పుణ్యానికి ఉపలక్షణం అని అర్థం చేసుకోవాలి. విగత కల్మషుడు కర్మాచరణములో అధర్మ ప్రవృత్తి లేని వాడు. అధర్మ జీవనం కలిగించే సంతాపము నుండి సంపూర్ణంగా విడిపడిన వాడు. అవిద్యా ప్రభావం మనస్సుపై లేని వాడు.

పుణ్యకర్మను చేసేవాడు పుణ్య భావన కలిగి ఉంటాడు. అలాగే పాప భావన కలవాడే పాపకర్మ చేస్తాడు. పుణ్య భావన కలిగి పుణ్యకర్మను ఆచరించిన వాడు పుణ్య కర్మకు దృష్ట ఫలాన్ని, పుణ్య భావనకు అదృష్ట ఫలాన్ని అనుభవిస్తాడు. అలాగే పాప భావన కలిగి పాప కర్మను ఆచరించిన వాడు పాప కర్మ యొక్క దృష్ట ఫలాన్ని, పాప భావన కారణంగా ప్రాప్తించే అదృష్ట ఫలాన్ని అనుభవిస్తాడు. అలా కాకుండా నిద్రించిన తరువాత స్వప్న జగత్తులో పుణ్యపాప కర్మలు ఆచరించిన వ్యక్తి మేల్కొనిన తరువాత వాటి ఫలితాలను అనుభవిస్తాడా?

యత్కృతం స్వప్న వేలాయాం పుణ్యం వా పాప ముల్బణమ్ ।
సుప్తోత్థి తస్య కిం తత్స్యాత్ స్వర్గాయ నరకాయ వా ॥

నిద్ర నుండి మేల్కొనిన వానికి స్వప్నంలో ఆచరించిన పుణ్యపాపాల యొక్క ఫలాలు స్వర్గనరకాలకు మార్గా లవుతాయా? అని ప్రశ్నించారు వివేక చూడామణిలో శ్రీ శంకరాచార్యస్వామి.

కల గనే వాడు తన కలలో లక్షలాది మందికి అన్నదానం చేయడ మనే పుణ్య కర్మను ఆచరించ వచ్చు. ఇది పుణ్యకర్మే కదా! దానికి పుణ్యఫలం కలలో పుణ్య కార్యాన్ని ఆచరించిన వానికి అందుతుందా? కలలో ఆచరించిన పుణ్యకర్మ ఫలంగా అతనికి స్వర్గం ప్రాప్తిస్తుందా?

అలాగే ఒకడు కలలో గోహత్యా పాతకానికి ఒడి గడతాడు. ఈ విధమైన పాపకర్మ ఫలంగా అతనికి పాప ఫలితం వస్తుందా? స్వప్నంలో చేసిన హత్యలకు అతడు నరకంలో ప్రవేశిస్తాడా?

స్వప్నంలో ఆచరించిన పుణ్య పాప కర్మల ఫలితంగా స్వాప్నికునికి స్వర్గ నరకాది ఫలాలు ప్రాప్తించవు. ఎందుకని? స్వప్న జగత్తు కర్మక్షేత్రము కాదు. భోగ క్షేత్రము మాత్రమే. స్వప్నంలో కర్త లేడు. భోక్తే ఉన్నాడు. కర్త ఉంటేనే చేసిన కర్మకు ఫలం అందుతుంది. కర్త లేనపుడు, కేవలం భోక్త మాత్రమే ఉండే స్వప్నగత కార్యాలకు ఫలితాలు ఉండవు.

స్వప్నం నుండి మేలుకున్న వానికి స్వప్నగత పుణ్యపాప ఫలాలు ఎలా అంటవో, అలాగే అవిద్య నుండి విడిపడిన వానికి భ్రాంతిలో జరిగిన పుణ్య పాప కర్మల ఫలాలు అందవు. అందుచేత జ్ఞాని విగత కల్మషుడు.

బ్రహ్మానంద ప్రాప్తి

అంతరాయాలు అంతరించి, కల్మష రహితుడై, మనస్సును ఆత్మ యందే స్థిరంగా నిలిపిన యోగి బ్రహ్మ సంస్పర్శము ***(బ్రహ్మణా పరేణ సంస్పర్శః యస్య తత్ బ్రహ్మ సంస్పర్శం)*** ఫలితంగా ఉత్కృష్ట మైన సుఖాన్ని పొందుతాడు ***(అత్యన్తమ్ సుఖమ్ అశ్నుతే).***

బ్రహ్మసంస్పర్శము అంటే బ్రహ్మమును స్పృశించడము అని కాదు. ఎందుచేత నంటే, బ్రహ్మము అస్పర్శం, అరూపం, అస్థూలం. బ్రహ్మ సంస్పర్శము అంటే, జ్ఞానము చేత బ్రహ్మమును గుర్తించడం అని అర్థము. అదే బ్రహ్మాత్మ జ్ఞానము. బ్రహ్మ జ్ఞానమును పొందిన వానికి బ్రహ్మానందము కలుగుతుంది. దానినే ఉత్తమ సుఖంగా ఈ శ్లోకంలో భగవానుడు అభివర్ణించాడు ***(అత్యన్తమ్ సుఖమ్).***

సర్వ మిద మహం చ బ్రహ్మైవ - తనను, ఈ సమస్త ప్రపంచాన్ని బ్రహ్మము గానే దర్శిస్తూ, అభేద జ్ఞానంతో విలసిల్లడమే బ్రహ్మసంస్పర్శము. దృశ్య మంతా బ్రహ్మమే అని నిర్ధారణ చేసి నపుడు భిన్నత్వము మిథ్య గానే మిగిలి పోతుంది. సత్య దర్శనంలో ఉండే బ్రహ్మవిదుని మిథ్యా ప్రపంచము స్పృశించ గలదా? స్వప్నంలో ఉన్న వ్యక్తి మేలుకున్న మనల్ని స్వప్నం నుండి వచ్చి స్పృశించ గలడా? ఒకవేళ స్పృశించాడు అంటే, అతడు కూడా మేలుకొని ఉన్నవాడై ఉండాలి. ఇదే బ్రహ్మసంస్పర్శ. బ్రహ్మాత్మజ్ఞానంలో అఖండమైన ఎరుక.

సమస్త సంసార నాశమునకు ఏది కారణమో, ఏది ధ్యానయోగము యొక్క ఫలమో, అట్టి ఆత్మ బ్రహ్మైక్య దర్శనం ఇప్పుడు వరుసగా నాలుగు శ్లోకాలలో అనుగ్రహింప బడుతూ ఉంది.

సర్వభూతస్థ మాత్మానం సర్వభూతాని చాత్మని ।
ఈక్షతే యోగయుక్తాత్మా సర్వత్ర సమదర్శనః ॥ 29

సర్వభూతస్థం-ఆత్మానం-సర్వభూతాని-చ-ఆత్మని
ఈక్షతే-యోగయుక్తాత్మా-సర్వత్ర-సమదర్శనః

యోగయుక్తాత్మా	= యోగయుక్తుడు	సర్వభూతస్థం	= సకల భూతముల యందున్న వానినిగా
సర్వత్ర	= అంతట	సర్వ భూతాని	= సర్వ భూతములను
సమదర్శనః	= సమబుద్ధి కలిగి	ఆత్మని చ	= తన యందును
ఆత్మానం	= తన ఆత్మను	ఈక్షతే	= దర్శించు చున్నాడు

యోగసిద్ధుడు తనను సర్వభూతముల యందు, సర్వ భూతములను తన యందు దర్శిస్తాడు. అంతటా అతనికి బ్రహ్మ దర్శనమే.

వ్యాఖ్య

బ్రహ్మము సత్యము. ఆత్మయే బ్రహ్మము. ఇదే బ్రహ్మాత్మజ్ఞానము. ఇదే సత్యము. సత్యమును తెలుసుకొనే జ్ఞానము కూడా సత్యమే. అదే సత్యజ్ఞానము.

సత్యమును తెలుసుకోవడము అంటే సత్యముగా ఉండటమే. సత్యమే సత్యాన్ని తెలుసుకోగలదు. సత్యానికి దూరంగా ఉండి సత్యాన్ని తెలుసుకోవడం సాధ్యం కాదు. సత్యానికి దూరంగా ఉండేది సత్యము కానిది. సత్యము కానిది అసత్యము. అసత్యము సత్యాన్ని ఎలా తెలుసుకుంటుంది? తెలుసుకొనేది జ్ఞానయుతంగా ఉండాలి. చైతన్యవంతంగా ఉండాలి. అసత్యము చైతన్యాన్ని తెలుసుకుంటే, అసత్యము జ్ఞానయుత మైంది అవుతుంది కనుక, చైతన్యము జ్ఞానము లేని దౌతుంది. జడ మవుతుంది. జడ మైనది సత్యం కాదు. ఇంతకీ ఏది సత్యం?

మనం ఉన్నట్లు మనకు తెలుసు. అదే మన ఉనికి. మన ఉనికి, మన చైతన్యము రెండుగా ఉన్నవా? లేక ఒక్కటేనా? మనం ఉండటము వాస్తవ మైతే, అలా ఉన్న మనం చైతన్యానికి వేరుగా ఉండ గలమా? మనం ఉన్నాము అనేది నిరాకరించ గలమా? మనం ఉన్నట్లు మనకు తెలుసు అనేది కాదన గలమా?

సత్యము అనేది చైతన్య స్వరూపము. చైతన్యం తెలుసుకోవడ మనే ప్రక్రియ లేకుండా తనను తాను తెలుసుకుంటుంది. చైతన్యమును తెలుసుకోవడానికి మరొక చైతన్యము లేదు. నేనున్నాను అని ప్రతి మనిషి చెబుతున్నాడు. తాను ఉన్నట్లు తనకు ఋజు వేమిటి? దేనిని ఆధారం చేసుకొని నేను ఉన్నాను అని మనిషి చెబుతున్నాడు?

మరొకటి ఉన్నది అని తెలుసుకోవడానికి తాను ఉండా లేమో గాని, తాను ఉన్నట్లు గుర్తించ డానికి మరొకటి అవసరం లేదు. తాను ఉన్నట్లు తనకే తెలుసు. ఇదే చైతన్యము లేదా జ్ఞానము. తాను ఉన్నాడు. తాను ఉన్నట్లు తెలుసుకుంటున్నాడు. ఉండటము, అలా ఉన్నట్లు తెలియడము రెండు కావు. ఒక్కటే. ఉన్నది ఏదో అదే తెలుసుకుంటూ ఉన్నది. ఇక్కడ రెండు లేవు. ఒక్కటే ఉంది. అదే చైతన్యము. అదే ఆత్మ. చైతన్యాత్మ. స్వతస్సిద్ధ మైన ఆత్మ. స్వప్రకాశ మైన ఆత్మ. అఖండాత్మ.

చైతన్యము ఒక్కటే కనుక అందులో భేదాలు ఉండేందుకు వీలు లేదు. చైతన్యములో భేద ముంటే, భేదాన్ని మనం అంగీకరిస్తే, భేదంగా తెలిసేవి ఒక దాని నుండి మరొకటి వేరుపడి ఉంటాయి. ఒక దాని నుండి మరొకటి వేరుపడి ఉండటము అనేది దేశంలో అయినా సాధ్య పడుతుంది. లేదా, కాలంలో అయినా సాధ్య మవుతుంది.

కప్పు ఇక్కడుంది. కాఫీ అక్కడుంది. ఇక్కడున్న కప్పు అక్కడున్న కాఫీ నుండి వేరు పడి ఉంది. ఇదే భేదము. దేశం లోనే ఇది సాధ్యం.

తాత అప్పుడు ఉన్నాడు. మనవడు ఇప్పుడు ఉన్నాడు. అప్పుడున్న తాత ఇప్పుడు లేడు. ఇప్పుడున్న మనవడు అప్పుడు లేడు. ఇదే భేదం. ఇది కాలం లోనే సాధ్యం.

దేశం చేత గాని, కాలం చేత గాని ఏవి వేరు పడి ఉన్నా, వాటి మధ్య భేదాన్ని తెలుసుకొనేది చైతన్యమే! రెండు ఉన్నప్పుడు, రెండూ వేరు వేరుగా, వేరు వేరు స్థానాలలో ఉన్నప్పుడు, ఆ రెండిటి మధ్య ప్రదేశం ఉండాలి కదా! ఆ ప్రదేశాన్ని తెలుసుకున్న దెవరు? ఒక వస్తువుకు మరొక వస్తువుకు మధ్య దేశ ముందని లేదా కాల ముందని ఎవరికి తెలిసింది? ఎవరికి తెలిసినా, ఎవరు తెలుసుకున్నా, అలా తెలుసుకున్న వారు ఆ మధ్యలో ఉండాలి. లేకపోతే ఎలా తెలుస్తుంది?

చైతన్యములో భేద ముంది అని అంగీకరిస్తే, రెండు చైతన్యా లున్నాయి అని అంగీకరించ వలసి వస్తుంది. పోనీ వేరు వేరుగా రెండు చైతన్యాలు ఉన్నా, ఆ రెండిటిని వేరు చేసే దేశమో, కాలమో ఉండాలి కదా! అలా ఉండే దేశకాలాదులను గుర్తించడానికి దేశకాలాదులలో కూడా చైతన్యమే ఉండాలి. ఇక చైతన్యంలో భేద మెక్కడుంది? చైతన్యములో భేదాన్ని ఊహించ లేము. చైతన్యము అభేదము. అద్వయము. అఖండము. అనంతము. అదే ఆత్మ. తన కన్నా రెండవది లేనిది. ఒకవేళ ఉన్నట్లు తెలిసినా తన కన్నా వేరుగా లేనిది. ఇదే జ్ఞానం. ఆత్మవిదుని లోని అనంత జ్ఞానం.

నీవు ***(త్వం)*** ఉన్నావు ***(అసి).*** నీవు ఆత్మవు. చైతన్యానివి. చైతన్యాత్మ వైన నీకు నీవు ఉన్నట్లు తెలుసు. సమస్తమూ చైతన్యమే కనుక, సమస్తమూ ఉన్నట్లు చైతన్యానికి, అంటే నీకు తెలుసు. సమస్తము చైతన్యముగా తెలియడము అంటే, చైతన్య రూపుడవైన నీవు సమస్త మని గ్రహించడమే. ఈ పరిపూర్ణ జ్ఞానంలో నీ నుండి సమస్తాన్ని, సమస్తము నుండి నిన్ను వేరు చేయడం సాధ్యం కాదు. భేదము లేని ఈ స్థితినే **సమం** అంటారు. సమమును దర్శించడము సమదర్శనము. సమదర్శనము చేయు యోగారూఢుడు సమదృష్టి కలవాడు. సమదర్శనుడు.

సమదర్శను డైన యోగారూఢుడు ***(యోగ యుక్తాత్మా)*** అంతట ***(సర్వత్ర)*** సమస్తమైన బ్రహ్మమునే దర్శిస్తాడు ***(సమదర్శనః).*** అట్టి యోగయుక్తుడు తనను ***(ఆత్మానం)*** సర్వ భూతముల యందు ఉన్న వానినిగా ***(సర్వ భూతస్థం),*** సర్వభూతములను ***(సర్వభూతాని)*** తన యందే ఉన్న వాటినిగా ***(ఆత్మని)*** దర్శిస్తాడు ***(ఈక్షతే).***

సమమును దర్శించే వాడు సమదర్శనుడు. సమము అంటే ఆత్మ. సమమును దర్శిస్తున్నాడు అంటే ఆత్మను దర్శిస్తున్నాడు ***(ఆత్మానం ఈక్షతే)*** అని అర్థం. ఆత్మను దర్శించడము అంటే, ఆత్మను తన కన్నా వేరుగా దర్శించడము కాదు. తానే ఆత్మ అని దర్శించడము.

ఇంతవరకు తనను తాను దేహంగా భావిస్తూ వచ్చాడు. అందరము అలాగే భావిస్తున్నాం. ఇదే అధ్యాస. అధ్యాస అంటే అది కాని దాని యందు అది అనే బుద్ధి ***(అతస్మిన్ తద్బుద్ధిః).*** ఈ అధ్యాసను తొలగిస్తూ, నీవు

సర్వభూతాత్మవు అనే ఆత్మజ్ఞానం ఇక్కడ ప్రసాదించ బడింది. ఇదే **త్వం** పద నిర్దేశము.

నీవు దేహేంద్రియ మనోబుద్ధుల సంఘాతానివి కావు. నీవు ఆత్మవు. అంతటా ఉన్నది నీవే. అన్నిటిలో ఉన్నది నీవే. అందరిలో ఉన్నది నీవే. ఇలా దర్శించడమే సర్వాత్మ దర్శనము. సర్వాత్మ భావము ***(సర్వ భూతస్థం ఆత్మానం పశ్యతి).***

అందరూ తన లోనే

తనను ఆత్మగా తెలుసుకున్న యోగారూఢుడు ఆత్మ కన్నా అన్య మైనది లేదు అనే జ్ఞానం కలవాడైనందున సమస్తమును తన లోనే వీక్షిస్తాడు. సర్వమును ఆత్మ గానే దర్శిస్తాడు ***(సర్వం ఆత్మైవ).*** సమస్తము ఆత్మ యందే ఉన్నట్లు అనుభూతి పొందుతాడు ***(సర్వం ఆత్మ స్థితం).*** ఇదే ఆత్మ సాక్షాత్కారము.

జగత్తుకు బ్రహ్మము ఆధారము. ఆత్మయే బ్రహ్మము. అధిష్ఠాన మైన ఆత్మ యందు నామరూపాత్మక మైన ఈ జగత్తు ఆరోపించ బడింది. ఆరోపిత మైనది అధిష్ఠానాని కన్నా భిన్నంగా ఉండలేదు. కనుక ఆరోపిత మైన ప్రపంచము అధిష్ఠాన మైన ఆత్మ కన్నా వేరుగా లేదు.

అధిష్ఠానానికి సంబంధించిన జ్ఞానము కలిగితే, ఆరోపిత మైనది అధిష్ఠానము గానే అనుభవానికి అందుతుంది. అధిష్ఠానాని కన్నా భిన్నంగా ఆరోపితానికి సత్తా ఉండదు కనుక, ఆధార ఆధేయాల రూపంలో ఏకత్వమే అస్తిత్వముగా అనుభూత మవుతుంది. అదే ఏకత్వానుభూతి.

మట్టిపాత్ర లన్నిటికి మట్టియే ఆధారము. ఘట శరావాదుల రూపంలో ఉన్నది మట్టియే. మట్టి అనే అధిష్ఠానంపై కుండలు, బానలు, ముంతలు, మూకుళ్ళు అనే నామరూపాలు ఆరోపించ బడ్డాయి. అధిష్ఠాన మైన మట్టికి సంబంధించిన జ్ఞానము కలిగితే, మట్టిపాత్ర లన్నీ మట్టి లోనే ఉన్నాయని తెలుస్తుంది.

నామరూపాత్మక మైన ఈ దృశ్యమాన జగత్తు ఆత్మ యందు ఆరోపించ బడింది. ఆత్మ అధిష్ఠానము. జగత్తు ఆరోపితము. ఆరోపిత మైన జగత్తు అధిష్ఠాన మైన ఆత్మ కన్నా అన్యంగా లేనందున, ఆత్మ తాను అని తెలుసు కొనిన యోగయుక్తాత్ముడు సమస్తమును ఆత్మ గానే దర్శిస్తాడు. సర్వ భూతములను తన యందే వీక్షిస్తాడు ***(సర్వ భూతస్థ మాత్మానం).*** అలాగే సర్వభూతముల యందు తననే దర్శిస్తాడు.

అందరిలో తానే

ఆరోపితానికి అధిష్ఠానమే కారణము అని గ్రహించాము కదా! ఆరోపిత మైనది అధిష్ఠానం కన్నా భిన్నంగా ఉండేందుకు అవకాశం లేదు కనుక, ఆరోపితంలో ఉన్నది అధిష్ఠానమే.

బంగారు ఆభరణాలు అనేక రూపాలలో గోచరిస్తున్నా, వాటన్నిటిలో ఉన్నది అధిష్ఠాన మైన బంగారమే. నగలు రకరకాల రూపాలతో కనిపిస్తున్నా, గొలుసు, ఉంగరము, వడ్డాణము అనే కల్పితమైన నామరూపాలలో ఉన్నది స్వర్ణమే అనే జ్ఞానం కలిగిన వాడు ఆభరణాలలో స్వర్ణమునే వీక్షిస్తాడు.

సమస్త ప్రపంచము, సర్వ ప్రాణులు ఆత్మ యందే కల్పింప బడ్డాయి అనే జ్ఞానం కలిగిన ఆత్మవిదుడు, ఆభరణాలలో స్వర్ణకారుడు బంగారమునే దర్శించినట్లు, సర్వ భూతాలలో ఆత్మ యైన తననే దర్శిస్తాడు.

నామరూపాలు విషమంగా తెలుస్తాయి. అధిష్ఠానము సమమై ఉంటుంది. విశేషాలతో ఉండటము విషమము. నిర్విశేషంగా భాసించడము సమము. ఆత్మవిదుడు అందరిలో తననే వీక్షిస్తాడు అంటే, విశేషాలలో నిర్విశేష మైన సత్తాను వీక్షిస్తున్నాడు అని అర్థం.

జగత్తులో దృశ్యాలన్నీ విషమ స్థితిలో ఉన్నాయి. అంటే ఒక దానితో మరొకటి సామ్యం లేకుండా ఉన్నాయి.

ఒక రూపానికి మరొక రూపానికి పోలిక లేదు. ఒక గుణానికి మరొక గుణానికి సామ్యం లేదు. అలాగే క్రియలు మొదలైనవి. ఆభరణాల రూపాలలో విషమత్వం గోచరిస్తున్నా, ఆభరణాల లోని స్వర్ణంలో సమత్వమే వీక్షింప బడినట్లు, సర్వ ప్రాణులలో విషమ స్థితి గోచరిస్తున్నా, యోగారూఢుడు అందరిలో నిర్విశేష మైన ఆత్మనే దర్శిస్తాడు. ఇదే సమదర్శనం. ఆత్మ బ్రహ్మైక్యానికి సంబంధించిన అద్వైత దర్శనం ***(బ్రహ్మాత్మైకత్వ విషయం దర్శనం జ్ఞానం యస్య సః సర్వత్ర సమదర్శనః).***

నీవు ఆత్మవు అని తెలియగానే, సర్వము నీ లోనే దర్శింప బడింది. సమస్తములో నీవే దర్శనీయ మయ్యావు. ఇదే **త్వం** పద వైభవము.

మరి పరమేశ్వరుడు ఏమిటి? పరమేశ్వరుడు ***(తత్)*** కూడా నీవే. ఇదే ఆత్మదర్శనము యొక్క ఫలం ***(ఏతస్య ఏవ ఆత్మదర్శనస్య ఫలం).***

సమదర్శనం అనే ఆత్మదర్శనానికి ఫలమును చెబుతున్నాడు.

యో మాం పశ్యతి సర్వత్ర సర్వం చ మయి పశ్యతి ।
తస్యాహం న ప్రణశ్యామి స చ మే న ప్రణశ్యతి ॥ 30

యః-మాం-పశ్యతి-సర్వత్ర-సర్వం-చ-మయి-పశ్యతి

తస్య-అహం-న-ప్రణశ్యామి-సః-చ-మే-న-ప్రణశ్యతి

యః	=	ఎవడు	తస్య	=	వానికి
మాం	=	నన్ను	అహం	=	నేను
సర్వత్ర	=	సర్వభూతముల యందు	న ప్రణశ్యామి	=	అదృశ్యము కాను
పశ్యతి	=	చూస్తున్నాడో	సః చ	=	అతడును
సర్వం చ	=	సమస్త భూతములను	మే	=	నాకు
మయి	=	నా యందు	న ప్రణశ్యతి	=	కనబడక పోడు
పశ్యతి	=	చూస్తున్నాడో			

అర్జునా! యోగసిద్ధుడు నన్ను సమస్తములో వీక్షిస్తాడు. సమస్తాన్ని నాలో దర్శిస్తాడు. అతడికి నేను దూరంగా లేను. అతడూ నాకు దూరంగా లేడు.

వ్యాఖ్య

యోగయుక్తుడు సర్వత్ర ఆత్మ దర్శనం చేస్తున్నాడని పూర్వ శ్లోకంలో తెలుసుకున్నాము. ఆత్మ దర్శనం చేస్తున్న సమదర్శన యోగికి ఆత్మకు సంబంధించిన అజ్ఞానము లేదు అని స్పష్ట మైంది. ఆత్మకు సంబంధించిన పూర్ణ జ్ఞానం కలవాడు కనుకనే సమస్తమును ఆత్మ లోను, ఆత్మను సమస్తము లోను దర్శిస్తున్నాడు. ఆధార ఆధేయాలలో, కారణ కార్యాలలో ఏకత్వమునే వీక్షిస్తున్నాడు.

బాగుంది. కారణ కార్యాలలో ఏకత్వ దర్శనము అంటే, కారణ మైన పరమేశ్వరుని, కార్యమైన జగత్తును పరమేశ్వర స్వరూపంగా భావించడమే కదా! మరి, కార్యమైన జగత్తు కారణ మైన ఈశ్వరునిపై ఆధారపడి ఉన్నట్లు కారణరూపు డైన పరమేశ్వరుడు కార్యరూప మైన జగత్తుపై ఆధారపడి ఉన్నాడా?

కార్యమైన ఘటాదులకు మృత్తిక కారణంగా తెలుస్తూ ఉంది. అంటే ఘట శరావాదులు మృత్తికపై ఆధారపడి ఉన్నాయి. మరి, మృత్తిక ఘట శరావాదులపై ఆధారపడి ఉందా? లేదు. ఎందుకని?

పరమేశ్వరుడు సత్యము. జగత్తు మిథ్య. మిథ్య సత్యముపై ఆధారపడి ఉంటుంది. సత్యము మిథ్యపై ఆధారపడి లేదు. మిథ్య లేకపోయినా సత్యం ఉంటుంది. మట్టిపాత్రలు మిథ్య. మట్టి సత్యము ***(మృత్తికేత్యేవ సత్యమ్).*** ఘటాదులు మృత్తికపై ఆధారపడి ఉన్నాయి. మృత్తిక ఘటాదులపై ఆధారపడి లేదు. ఘటాదులు లేకపోయినా మృత్తిక ఉంటుంది. ఎప్పుడూ మృత్తికే ఉంది. ఘటాదులు ఉన్నప్పుడు కూడా మృత్తికే ఉంది.

దీనిని బట్టి ఒక్కటి మనకు అర్థం అయింది. పూర్వ శ్లోకంలో సర్వం ఆత్మ లోను, ఆత్మను సమస్తం లోను దర్శించడం జరిగింది. దర్శించింది ఆత్మనే అయినా ***(ఆత్మానం ఈక్షతే).*** అలా దర్శించడానికి రెండిటిని ప్రవేశ పెట్టడం జరిగింది. ఆత్మ - సర్వం, ఇలా రెండిటిని చూశాము. ఈ రెండేమిటి? అవే సత్యమిథ్యలు.

ఆత్మా సత్యం తదన్యత్ సర్వం మిథ్య - ఆత్మయే సత్యము. దానికి అన్యంగా ఉన్న దంతయూ మిథ్య. ఈ విధమైన తత్త్వ వివేకంలో మిథ్య కూడా సత్యమే. కాని, సత్యం మిథ్య కాదు అని బోధ పడుతూ ఉంది. కుండ మట్టే గాని మట్టి కుండ కాదు కదా!

పూర్వ శ్లోకంలో ఆత్మ సత్యం - సమస్తం మిథ్య. ప్రస్తుత శ్లోకంలో పరమేశ్వరుడు సత్యం. ప్రపంచం మిథ్య. సత్యము ఒక్కటే గాని రెండు ఉండేందుకు అవకాశము లేదు కనుక, సత్యమైన ఆత్మయే సత్యమైన పరమాత్మ. సత్యమైన పరమాత్మయే సత్యమైన ఆత్మ. ఆత్మ పరమాత్మల మధ్య అభేదమే గాని భేదము లేదు. ఈ సత్యాన్ని గ్రహించడానికే ప్రస్తుత శ్లోకం. ఎందుచేత నంటే, పూర్వ శ్లోకం, ప్రస్తుత శ్లోకం ఒకే హృదయాన్ని కలిగి ఉన్నాయి. రెండిటి భావం ఒక్కటే. కాకపోతే, పూర్వ శ్లోకంలో ఆత్మ ***(ఆత్మానం)*** అన్నాడు. ప్రస్తుత శ్లోకంలో 'నేను' ***(మాం)*** అంటూ పరమేశ్వరుడు ప్రవేశించాడు. ఆత్మ పరమాత్మలకు అభేదమే స్వరూప మని చెప్పడమే రెండిటి లోని కేంద్ర విషయము. పూర్వ శ్లోకం **త్వం** పద నిర్దేశము కాగా, ప్రస్తుత శ్లోకం **తత్** పద నిర్దేశము.

అర్జునా! ఎవడు సమస్తము నందు నన్నే దర్శిస్తాడో ***(యః మాం వాసుదేవం సర్వత్ర పశ్యతి).*** సమస్తమును నా యందే దర్శిస్తాడో ***(సర్వం చ మయి సర్వాత్మని పశ్యతి).*** అతనికి నేను దూరంగా లేను ***(తస్య అహం ఈశ్వరః న ప్రణశ్యామి).*** అతడు నాకు దూరంగా లేడు ***(స చ విద్వాన్ మమ వాసుదేవస్య న ప్రణశ్యతి).*** అంటే, అర్జునా! నేను, అతడు ఉభయులమూ ఒకే ఆత్మ కదా! ***(తస్య చ మమ చ ఏకాత్మత్వాత్).*** ఇదే శ్లోక హృదయం.

జీవుడు - ఈశ్వరుడు లేక ఆత్మ - పరమాత్మ, ఇరువురూ ఏకాత్మే అయినపుడు, భేదము ఎలా పుట్టుకొచ్చింది? ఈశ్వరునికి సంబంధించిన సత్య జ్ఞానము, జీవునికి సంబంధించిన సత్య జ్ఞానము లేని కారణంగా జీవేశ్వరులకు సంబంధించిన అసత్య జ్ఞానము ఏర్పడింది. ఈ అసత్య జ్ఞానంలో జీవుడు వేరు - దేవుడు వేరు అనే ద్వైత భావన ఏర్పడింది. ఇది కేవలం అజ్ఞాన జనితం. ఉపాధిగతం.

ఆకాశము అనంతము. కాని కుండ తయారు కాగానే కుండలో ఉండే ఆకాశాన్ని ఘటాకాశము అంటున్నాం. ఆకాశము కుండ లోనే కాదు. బానలో, ముంతలో, కూజాలో అన్నిటిలో ఉంది. ముంతలో ఆకాశం చిన్నదిగా ఉంది. బానలో ఆకాశం పెద్దదిగా ఉంది. అంటే ఆకాశం ఒక్కటే అయినా, పాత్రలు అనేకంగా, భిన్నంగా ఉండటం చేత, ఆకాశం కూడా అనేకంగా, భిన్నంగా ఉందని అర్థమా?

చైతన్యము అనంతము. ఉపాధులు తయారు కాగానే చైతన్యాన్ని ఉపాధిగతంగా చూస్తున్నాం ***(ఉపాధిస్థం).*** ఇతనిలో ఉండే చైతన్యము, ఆమెలో ఉండే చైతన్యము, దానిలో ఉండే చైతన్యం - ఇలా అనేక చైతన్యాలను చూస్తున్నాం, మరి చైతన్యము ఒక్కటేనా? లేక, అనేకమా?

చైతన్యము ఒక్కటే అయినా, ఉపాధులు అనేకంగా ఉండటం చేత, చైతన్యమును కూడా అనేకంగా

చూస్తున్నాం. ఇదే అజ్ఞానం. ఆత్మ చైతన్య స్వరూపం. భేదాలు ఉపాధుల లోనే గాని చైతన్యంలో కాదు. ఉపాధులు అనేక మైనా ఆత్మ ఒక్కటే.

అనేక కుండలలో అనేక ఆకాశాలు లేవు. అనేక ఉపాధులలో అనేక ఆత్మలు లేవు. ఒక కుండకు పరిమితంగా తెలుస్తున్న ఆకాశము ఘటాకాశము. అంతటా ఉండే ఆకాశము అనంతాకాశము. ఆకాశము ఇలా రెండుగా ఉందా? లేదు. ఘటాకాశము విశాలాకాశము కన్నా వేరు కాదు. కుండ అనే ఉపాధి ఉండటం చేత, ఘటాకాశము అని పిలువ బడింది. కుండ పగిలితే అంతా ఒకే ఆకాశము. అనంతాకాశము.

దేహము అనే ఉపాధి ఉండటం చేత, ఉపాధిగత చైతన్యం జీవ శబ్దంతో పిలువ బడుతూ ఉంది. ఒకే దేహానికి పరిమిత మైనది జీవుడని, సర్వోపాధిగతుడు ఈశ్వరుడని భావిస్తున్నాం. చైతన్యం ఒక్కటే కనుక, భేదాలు ఉపాధి స్థాయి లోనే గాని చైతన్య స్థాయిలో లేవు.

ఒక్క దేహంలో ఉన్న చైతన్యము (ఆత్మ) అన్ని దేహాలలో శోభించే చైతన్యము (పరమాత్మ) ఒక్కటే. జీవేశ్వర భేదము ఉపాధిగతం. కల్పితం. ఆరోపితం. ఈ సత్యం అర్థమైతే జీవుడే పరమేశ్వరుడు. ఈ కోణంలో చూచినపుడు ఉన్నది చైతన్యమే కనుక ఉన్నది ఆత్మయే. ఆత్మయే సత్యము. అంతా ఆత్మ లోనే ఉంది. అంతటా ఆత్మే ఉంది. ఆత్మే అంతా **(ఆత్మైవ సర్వం - ఆత్మై వేదం విశ్వమితి).** ఇది పూర్వ శ్లోకం. మరొక కోణం నుండి చూస్తే ఉన్నది బ్రహ్మమే. బ్రహ్మమే సత్యము. అంతా బ్రహ్మము నందే ఉంది. అంతా బ్రహ్మమే. బ్రహ్మమే అంతా **(బ్రహ్మైవ సత్యం - సర్వం ఖలు ఇదం బ్రహ్మ).**

ఈ సత్యం అర్థమైన వాడు యోగయుక్తుడు. అట్టి మహాయోగి అంతటా చైతన్యమునే దర్శిస్తాడు. అదే సమదర్శనం. ఇదే ఆత్మజ్ఞాన ఫలం **(జ్ఞానస్య ఫలం).** ఎందుకో తెలుసా? ఆత్మజ్ఞానం కలగక ముందు కూడా తాను చైతన్యమే. కాని ఆత్మజ్ఞానం కలిగిన తరువాత తానే చైతన్యము అని తెలుసుకుంటున్నాడు. అదే తేడా.

తానూ చైతన్యమే. ఈశ్వరుడూ చైతన్యమే. చైతన్యము చైతన్యానికి దూరం కాలేదు. కనుక, యోగయుక్తుడు పరమేశ్వరునికి దూరంగా లేడు. పరమేశ్వరుడు యోగయుక్తునికి దూరం కాలేడు. పూర్వ శ్లోకంలో **త్వం** పద వైభవం చూశాము. ప్రస్తుత శ్లోకంలో **తత్** పద వైభవం చూశాము. **త్వం** చైతన్యమే. **తత్** చైతన్యమే. కనుక **త్వమేవ తత్** అంటే **తత్ త్వమేవ.** నీవే అది. అదే నీవు. అలా అయ్యే ఉన్నావు **(అసి).** ఇదే మోక్షం.

మోక్షము ఏదో కాదు. అభేద స్థితియే మోక్షము. బ్రహ్మ అభిన్నత్వ విజ్ఞానమే మోక్షానికి కారణము. అదే తరువాత శ్లోకం.

సర్వభూత స్థితం యో మాం భజ త్యేకత్వ మాస్థితః ।
సర్వథా వర్తమానోఽపి స యోగీ మయి వర్తతే ॥ **31**

సర్వభూతస్థితం-యః-మాం-భజతి-ఏకత్వం-ఆస్థితః
సర్వథా-వర్తమానః-అపి-సః-యోగీ-మయి-వర్తతే

సర్వభూతస్థితం	=	సర్వభూతముల యందున్న	భజతి	=	సేవిస్తున్నాడో
మాం	=	నన్ను	సః	=	ఆ
ఏకత్వం	=	ఏకీభావమును	యోగీ	=	యోగి
ఆస్థితః	=	పొందినవాడై	సర్వథా	=	అన్ని విధాలుగా
యః	=	ఎవడు	వర్తమానః అపి	=	ప్రవర్తిస్తూ ఉన్నా

మయి	=	నా యందు
వర్తతే	=	ఉన్నాడు

అర్జునా! సర్వభూతాలలో ఉన్న నన్ను, అభేద జ్ఞానంతో సేవించే యోగి, ఏ విధంగా ప్రవర్తిస్తూ ఉండినా, నా లోనే ఉంటాడు.

వ్యాఖ్య

సర్వ భూతాలలో పరమేశ్వరుడు ఆత్మరూపుడై ఎలా ఉన్నాడో గడచిన రెండు శ్లోకాలలో ***త్వం*** పద, ***తత్*** పద వివేచనము ద్వారా గ్రహించాము. జీవేశ్వరుల మధ్య భేదము లేదు అనే అద్వైత సత్యాన్ని కూడా అర్థం చేసుకున్నాం. జీవేశ్వరుల మధ్య ఎప్పుడూ అభేదమే. మరి, ఈ జ్ఞానము కలిగేది ఎలా? అదే ***అసి*** పద నిర్దేశము.

జీవేశ్వరుల మధ్య ఏకత్వమును గుర్తించే అంతఃకరణ వృత్తినే జ్ఞానము అంటారు. నేత్రానికి రూపము ఎలా అనుభూతమో, అలాగే బుద్ధి వృత్తికి ఏకత్వమే దర్శనీయంగా ఉంటుంది. అదే జ్ఞానవృత్తి. అజ్ఞానమును లేదా భేదమును అంత మొందించే వృత్తి.

జ్ఞానవృత్తిలో ద్వైతం ఉండదు. నేను బ్రహ్మమును తెలుసుకుంటున్నాను అనేది కూడా అభేద జ్ఞానము కాదు. నేనే బ్రహ్మము అనేదే అభేద జ్ఞానము. ఇదే అభేద జ్ఞానవృత్తి. అఖండాత్మకు సంబంధించిన అఖండాకార వృత్తి. బ్రహ్మాకార వృత్తి. అఖండ బ్రహ్మాకార వృత్తి.

బుద్ధిలో జ్ఞానవృత్తి ఏర్పడక ముందు అజ్ఞాన వృత్తి ఉంది. ఆత్మకు సంబంధించిన అజ్ఞాన వృత్తి ఉంది. ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానవృత్తి పుట్టగానే ఆత్మకు సంబంధించిన అజ్ఞాన వృత్తి నశిస్తుంది. ఇదే జ్ఞానము. నేను ఆత్మను అనే జ్ఞానము.

ఇక్కడ ఆత్మ పుట్టడం లేదు. ఆత్మజ్ఞానం పుడుతూ ఉంది. ఆత్మ ఎప్పుడూ ఉంది. అలా ఉంది అనే జ్ఞానం లేకపోవడం చేత, అజ్ఞానంలో ద్వైతం గోచరించి దుఃఖాన్ని కలిగిస్తూ ఉంది.

తత్, త్వం పద విచారము చేత జ్ఞానవృత్తి పుడుతుంది. జ్ఞానవృత్తి వల్ల ఏకత్వానుభూతి కలుగుతుంది. ఏకత్వానుభూతి కల వానికి అభేద బుద్ధి ఏర్పడి నందున అతడు ఈశ్వరుని కన్నా వేరుగా లేడు. ఈ విధమైన ఆత్మజ్ఞానము కలవాడు సర్వులలో ప్రకాశించే పరమేశ్వరుడు తన కంటే భిన్నుడు కాడు అనే సుస్థిర జ్ఞానంతో ఉంటాడు.

ఈ విధమైన అభేద జ్ఞానం కలిగిన ఆత్మవిదుడు తాను కర్త అని, భోక్త అని భావించడు. సుఖి అని దుఃఖి అని తలచడు. కర్మలలో ఉంటాడే గాని కర్మలు తనను అంటవు. కర్మలలో అకర్మను దర్శించే జ్ఞానికి కర్మ ప్రవృత్తి ఎలా ఉంటుంది?

ఆత్మజ్ఞానము కలిగింది అంటే, ఆ తరువాత అది కారిపోదు. కాలంలో జారిపోదు. అతడు ఎక్కడున్నా, ఏమి చేస్తున్నా, అతని బుద్ధి వృత్తికి బ్రహ్మమే విషయమై ఉంటుంది. నిరంతరం ఆత్మజ్ఞానం ఉన్నందున అతని ప్రవర్తన ఎలా ఉన్నా, ఆంతర్యంలో మాత్రము అభేద జ్ఞానమే ఉంటుంది ***(సర్వథా వర్తమానోఽపి స యోగీ మయి వర్తతే).*** కరచరణాదులు కర్మలలో ప్రవర్తిస్తూ ఉండినా, ఇంద్రియ మనోబుద్ధులు వాటి వాటి వ్యాపారాలలో చరిస్తూ ఉండినా, ఇంద్రియాలు ఇంద్రియ విషయాలలో ప్రవర్తిస్తున్నాయే గాని నే నేమీ చేయడం లేదు అనే నిశ్చిత మైన జ్ఞానం లోనే ఆత్మజ్ఞాని ఉంటాడు ***(నైవ కించిత్కరోమీతి .... 5 - 8, 9 శ్లో॥).***

ప్రపంచంలో ప్రవర్తిస్తున్నా, అతనికి ప్రపంచం విస్మృత ప్రాయంగా ఉంటుంది. ఈ స్థితిని శ్రీమద్భాగవతంలో ప్రహ్లాదుని ప్రవర్తనలో మనం స్పష్టంగా చూడవచ్చు.

శా॥ పానీయంబులు ద్రావుచుం గుడుచుచున్ భాషించుచున్ హాసలీ
లానిద్రాదులు సేయుచుం దిరుగుచున్ లక్షించుచున్ సంతత
శ్రీ నారాయణ పాదపద్మ యుగళీ చింతామృతా స్వాద సం
ధానుం డై మరచెన్ సురారి సుతుఁడే తద్విశ్వమున్ భూవరా!

రాజా! ప్రహ్లాదుడు (సురారి సుతుడు) నీళ్ళు త్రాగుచు, అన్నము తినుచు, భాషించుచు, నవ్వుచు, ఆడుచు, నిద్రించుచు, తిరుగుచు, వీక్షించుచు, నిరంతరము శ్రీమన్నారాయణుని చరణకమల ధ్యాన మనే అమృతమును గ్రోలుట యందు ప్రీతి గలవాడై ఈ ప్రపంచమును మరచి ఉంటాడు ***(మరచెన్ ఏతద్విశ్వమున్).*** పను లన్నీ ప్రపంచం లోనే జరుగుతున్నా, తనకు మాత్రం చేసినట్లే లేదు. అసలు ప్రపంచం ఉన్న దనే ఎరుకే లేదు అంటున్నాడు పోతన.

కానీ, సర్వ కర్మలను ఆచరిస్తూ, అలా వాటిని చేస్తున్నట్లు మనస్సులో తలచడమే లేదు అన్నది సంస్కృత భాగవతము. ***నాను సంధత్త ఏతాని గోవింద పరిరంభితః -*** సర్వ కర్మలను చేస్తూ, అలా చేస్తున్నట్లు మనస్సులో అతడు తలచడం లేదు. కారణం, గోవిందునితో తాదాత్మ్యం చెంది ఉన్నాడు అన్నాడు వ్యాసమహర్షి. అంటే, బుద్ధి వృత్తికి భగవంతుడు తప్ప రెండవది విషయం కావటం లేదు అని దాని అర్థము.

సారాంశ మేమిటంటే, ఆత్మజ్ఞానం కల యోగి గృహస్థుడై కార్యాలను ఆచరించినా, సన్యాసియై కర్మలను సన్యసించినా పెద్ద తేడా ఏమీ ఉండదు. అతని బుద్ధి పరమాత్మ యందే ఉంది. అఖండ బ్రహ్మాకార వృత్తియే బుద్ధిలో స్థిరంగా ఉంది. ఇరవై తొమ్మిదవ శ్లోకంలో ***త్వం*** పద వివేకాన్ని, ముప్పైయవ శ్లోకంలో ***తత్*** పద వివేకాన్ని అందించిన గీతాచార్యుడు, ప్రస్తుత శ్లోకంలో ***అసి*** పద వివేకాన్ని ప్రసాదించి ***తత్త్వమసి*** మహావాక్య విజ్ఞానాన్ని అందించాడు.

తత్త్వమసి

తత్ - త్వం - అసి అనే మూడు పదముల చేత ఏర్పడిన 'తత్త్వమసి' మహావాక్యము అఖండార్థ బోధకము. జీవేశ్వరుల మధ్య అభేదమును నిరూపించే ఈ మహావాక్యము మన అనుభవానికి అందుతున్న ద్వైతమును, ద్వైత ప్రపంచమును నిషేధిస్తూ ఉంది ***(నిరస్త ప్రపంచం).***

'తత్' పదము బ్రహ్మమును నిర్దేశిస్తుంది. ఇక్కడ బ్రహ్మము అంటే జగత్కారణ మైన బ్రహ్మము. 'తత్' పదము ఈశ్వరుని కూడా నిర్దేశిస్తుంది. ఈ రెండిటి మధ్య భేదము లేదు. అందుచేతనే శాస్త్రంలో కొన్ని చోట్ల జీవబ్రహ్మైక్యం అని, కొన్ని చోట్ల జీవేశ్వరైక్యం అని 'తత్త్వమసి' వాక్యార్థాన్ని విశ్లేషించడం చూస్తూ ఉంటాం. సృష్టి స్థితి లయాలలో శోభించే విశిష్టమైన ఈశ్వర చైతన్యమే 'తత్' పద నిర్దేశము.

'త్వం' పదము ఆత్మను నిర్దేశిస్తుంది. ఇక్కడ ఆత్మ అంటే జీవ చైతన్యం. జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్త్యాది అవస్థలలో విశిష్టంగా శోభించే జీవ చైతన్యమే 'త్వం' పద నిర్దేశము.

'తత్' అంటే బ్రహ్మము, లేదా ఈశ్వరుడు అని అర్థము. 'త్వం' అంటే నీవు, లేదా జీవుడు అని అర్థము. 'అసి' అంటే అయ్యావు, లేదా అయి ఉన్నావు అని అర్థము. దీనిని బట్టి చూస్తే, జీవబ్రహ్మలకు 'తత్త్వమసి' మహావాక్యము వలన ఏకత్వమే చక్కగా ప్రతిపాదింప బడుతూ ఉంది ***(బ్రహ్మాత్మనోః తత్త్వమసీతి శ్రుత్యా ఏకత్వ మేవ సమ్యక్ ప్రతిపాద్యతే).***

జీవుడు బంధములో ఉన్నవాడు. ఈశ్వరుడు బంధము తెలియని వాడు. జీవుడు కించిజ్ఞుడు. ఈశ్వరుడు సర్వజ్ఞుడు. జీవునిది కార్యోపాధి. ఈశ్వరునిది కారణోపాధి. ఇలా పరస్పర విరుద్ధంగా గోచరిస్తున్న జీవేశ్వరుల మధ్య వాచ్యార్థము ననుసరించి చూస్తే ఏకత్వము, లేదా అభేదము సాధ్య పడదు.

జీవేశ్వరుల మధ్య అభేదము వాచ్యార్థము వల్ల కుదరదు కనుక, లక్ష్యార్థమును అనుసరించాలి. 'త్వం' పదము నిర్దేశించే జీవుడు ప్రత్యగాత్మ చైతన్యము. అదియే 'త్వం' పద లక్ష్యార్థము. అలాగే 'తత్' పదము నిర్దేశించే ఈశ్వరుడు ప్రత్యక్ చైతన్యము. అదియే 'తత్' పద లక్ష్యార్థము. చైతన్య స్వరూపు లైన ప్రత్యగాత్మ పరమాత్మలు ఇరువురూ శుద్ధ చైతన్యరూపులు. శుద్ధ చైతన్యము రెండుగా ఉండే అవకాశము లేనందున, జీవేశ్వరుల యొక్క ఐక్యమును 'అసి' పదము నిర్దేశిస్తూ ఉంది. ఇదే 'తత్త్వమసి' వాక్యము యొక్క లక్ష్యార్థము. ఈ విధంగా జీవేశ్వరుల మధ్య భేదమును ఖండిస్తూ, 'తత్త్వమసి' మహావాక్యము జీవబ్రహ్మైక్యమును ఛాందోగ్యములో మళ్ళీ మళ్ళీ, తొమ్మిది సార్లు నిర్ధారణ చేయడం జరిగింది (స ఏతత్త్వ మేవ ముహుః నవ కృత్వః ఛాందోగ్యే). అంటే, జీవబ్రహ్మైక్యమును 'సాధ్యరూప' విషయంగా కాకుండా 'సిద్ధరూప' విషయంగా ప్రతిపాదించి నిర్ధారణ చేయడం జరిగింది.

జీవాత్మ ఒకటి వేరుగా ఉంటే
విశ్వాత్మ ఎవరికి తెలిసేది?
జీవాత్మ విశ్వాత్మ ఒకటైతే
జీవాత్మకు వేరుగా విశ్వమేది?
జీవుడైనా విశ్వమైనా
ఆత్మకు అన్యము కాలేవు
రామ రామ జయ రాజారామ్
రామ రామ జయ సీతారామ్

అని రామజోగి చిట్కా.

ఇంతవరకు ఆత్మజ్ఞాని యొక్క అంతరంగ వైభవాన్ని వీక్షించాం. ఇప్పుడు ఆత్మవిదుని బహిరంగ లక్షణాన్ని కూడా చెబుతున్నాడు.

ఆత్మౌపమ్యేన సర్వత్ర సమం పశ్యతి యోఽర్జున । 32
సుఖం వా యది వా దుఃఖం స యోగీ పరమో మతః ॥

ఆత్మౌపమ్యేన-సర్వత్ర-సమం-పశ్యతి-యః-అర్జున
సుఖం-వా-యది-వా-దుఃఖం-సః-యోగీ-పరమః-మతః

అర్జున	= అర్జునా!	యః	= ఎవ్వడు
సర్వత్ర	= సర్వము నందు	పశ్యతి	= చూచుచున్నాడో
సుఖం వా	= సుఖమును గాని	సః	= ఆ
దుఃఖం యది వా	= దుఃఖమును గాని	యోగీ	= యోగి
ఆత్మౌపమ్యేన	= ఆత్మ సాదృశ్యము చేత	పరమః మతః	= శ్రేష్ఠుడని చెప్పబడ్డాడు
సమం	= సమానముగా		

అర్జునా! సర్వ ప్రాణుల సుఖాన్ని గాని, దుఃఖాన్ని గాని తనతో పోల్చుకొని, తనతో సమానంగా చూచేవాడు శ్రేష్ఠమైన యోగి. అతడు నాకు ఇష్టమైన వాడు.

వ్యాఖ్య

యోగసిద్ధుడు ఎలా ప్రవర్తించినా, అతని జ్ఞానానికి ఏ లోపం రాదు అనే భావాన్ని పూర్వ శ్లోకం అందించ గానే, ఇక జ్ఞాని హద్దులు లేకుండా ప్రవర్తించ వచ్చు, హింస చేసినా తప్పు లేదు అనే లక్ష్యరహిత మైన వాదనలకు కొందరు తెర తీసే ప్రమాదం లేక పోలేదు.

జ్ఞాని హింస చేస్తాడా? ద్రోహ బుద్ధితో జీవిస్తాడా? అలా జీవించడు కనుకనే ఎలా ప్రవర్తించినా దోషం లేదు అని చెప్పడం జరిగింది. జ్ఞాని స్థాయిలో దోషాలు దొర్లుతాయి అనేది ఇక్కడ విషయం కాదు. ఉత్కృష్ట మైన స్థాయిలో చరించే జ్ఞానిని సామాన్యులు తొందరపడి అపార్థం చేసుకో కూడదు అనేదే సూచన.

జ్ఞానం ఉత్పద్యతే పుంసాం క్షయాత్ పాపస్య కర్మణః - మనస్సు చేత, వాక్కు చేత, కర్మ చేత ఏ పాపము చేయని వానికే జ్ఞానం ప్రాప్తిస్తుంది. తపస్సు చేత సమస్త మైన పాపాలను నశింప చేసుకున్న వాడు శ్రవణానికి అర్హు డవుతాడు. అట్టి వాడు జ్ఞానవంతు డైన తరువాత తిరిగి పాప కూపం లోకి దిగుతాడా? యోగసిద్ధుడు ఎవరికీ ద్రోహం తలపెట్ట లేడు. అంతే కాదు, సర్వులకు సుహృదుడై ఉంటాడు (**సర్వభూత సుహృచ్ఛాన్తః**). అందరినీ తన లాగే చూసుకుంటాడు. ఈ విషయంలో, అంటే సర్వ ప్రాణుల సుఖదుఃఖాలను గ్రహించడంలో తననే సామ్యంగా, పోలికగా గ్రహిస్తాడు. ఇదొక అద్భుతమైన అవగాహన.

పరుల సుఖదుఃఖాలు - ఆత్మ పరిశీలన

జీవితము అందరిదీ ఒకటే అయినా, జీవన విధానములో వ్యత్యాసాలు కనిపిస్తాయి. ఈ వ్యత్యాసాలు వ్యక్తులకు జీవితం మీద ఉండే అవగాహనను బట్టి ఉంటాయి. తాను సుఖపడాలి అని ప్రతి వ్యక్తి ఆశిస్తాడు. అలాగే తాను దుఃఖపడ కూడదు అని కూడా భావిస్తాడు. ఇది సహజం.

ప్రపంచంలో ఏ వ్యక్తి అయినా ఒంటరిగా లేడు. తన లాగే చాలా మంది జీవిస్తున్నారు. తన సుఖ దుఃఖాల పట్ల తన కుండే అవగాహన ఎలాగూ తన కుంది. తన లాగే సుఖదుఃఖాలను అనుభవించే పరుల విషయంలో తానెలా స్పందిస్తున్నాడు? అని ఆలోచిస్తే, అతడు స్పందించే తీరును బట్టి అతని జీవన రీతిని ఊహించ వచ్చు.

కొందరు కేవలం తమ సుఖదుఃఖాలకే పరిమితమై, ఎవరెలా పోయినా ఫరవాలేదు, తాము సుఖంగా ఉంటే చాలు, తమకు దుఃఖం లేకుండా ఉంటే చాలు, ఈ విధమైన లక్ష్యసిద్ధికి పరులను హింసించడం కూడా తప్పు కాదని భావించి, అక్రమ మార్గాలలో కూడా ప్రవర్తిస్తూ, అధర్మంగా జీవిస్తూ ఉంటారు. వీరూ మానవులే. కాకపోతే, మృగ మానవులు. పశుప్రాయులు.

ఇక రెండవ వారు తమ సుఖానికే ప్రాధాన్యత నిచ్చి జీవిస్తూ ఉండినా, అలా జీవించడంలో పరుల సుఖాన్ని పాడు చేయకుండా ఉండాలని భావిస్తారు. వీరు సాధారణ మానవులు.

మూడవ వారు తమ సుఖంతో పాటు పరులు కూడా సుఖ పడాలని భావించి, తమకు సరిపడ ఉంచుకొని, మిగిలినది పరోపకారార్థం వినియోగిస్తూ జీవిస్తూ ఉంటారు. వీరూ మానవులే. కాకపోతే, విలువలను వంట పట్టించుకున్న వారు. సేవా దృక్పథంతో జీవించే వారు. వీరు ఆస్తికులు కావచ్చు. లేదా నాస్తికులు కావచ్చు. ఉన్నతాశయాలతో జీవించే ఈ విధమైన సజ్జనులు అన్ని రంగాల లోను ఉంటారు.

ఇప్పటి వరకు మనం చూచిన ముగ్గురికి భిన్నమైన వాడు, సామాన్యుల మస్తిష్కాలకు అందని వాడు, అరుదైన జీవన శోభ కలిగిన వాడు యోగసిద్ధుడు. ప్రస్తుత శ్లోకంలో శోభిస్తున్న సమదర్శన యోగి. అన్యుల సుఖదుఃఖాలను ఇతడు గ్రహించే తీరు అనితర సాధ్యం గాను, అలౌకికం గానూ ఉంటుంది.

సమాహిత చిత్తుడైన ఈ యోగి అందరిని సమంగా చూస్తాడు ***(సమం పశ్యతి).*** అంతటా, అందరినీ, సమంగా, నిర్విశేషంగా చూస్తాడు ***(సర్వత్ర సర్వ భూతేషు, సమం తుల్యం పశ్యతి).*** అదెలా? అని ప్రశ్నిస్తే, తననే ఉపమానంగా తీసుకొని చూస్తాడు అని సమాధానం ***(ఆత్మౌపమ్యేన సర్వత్ర సమం పశ్యతి).*** ***ఆత్మౌపమ్య*** మంటే, తానే దృష్టాంతంగా ఉండటం.

దేనితో పోల్చడం జరుగుతుందో అది ఉపమ. ఇక్కడ తానే అంటే ఆత్మయే ఉపమ లేదా దృష్టాంతము ***(ఆత్మా స్వయం ఏవ ఉపమీయతే).*** ఉపమ యొక్క ధర్మము ఔపమ్యము. ఆత్మౌపమ్యం చేత అంటే తానే ఉపమగా, దృష్టాంతముగా ఉండి, సర్వుల సుఖదుఃఖాలను గ్రహించడము అని అర్థము ***(సుఖం వా యది వా దుఃఖం).***

అన్యుల సుఖదుఃఖాలను ఆత్మౌపమ్యంగా గ్రహించడము అంటే, నాకు సుఖము ఎలా ఇష్టమో, అనుకూలమో, అలాగే సర్వ ప్రాణులకు కూడా సుఖము ఇష్టము, అనుకూలము ***(యథా మమ సుఖం ఇష్టం తథా సర్వ ప్రాణినాం సుఖం అనుకూలమ్).*** సుఖాన్ని ఎలా గ్రహించాడో దుఃఖాన్ని కూడా అలాగే ఆత్మ పోలికతోనే గ్రహిస్తాడు. అంటే దుఃఖము నాకు ఎలా అనిష్టమో, ప్రతికూలమో, అలాగే సర్వ ప్రాణులకు కూడా దుఃఖము అనిష్టము, ప్రతికూలము ***(యథా మమ దుఃఖం అనిష్టం ప్రతికూలమ్ తథా సర్వ ప్రాణినాం దుఃఖం అనిష్టం ప్రతికూలమ్).*** ఈ విధంగా ఆత్మనే ఉపమగా గ్రహించి, అనుకూల ప్రతికూలా లైన సుఖదుఃఖాలను సర్వులలో, సర్వభూతాలలో సమంగా చూస్తాడు.

తనను తాను హింసించుకోలేడు కదా! అలాగే పరులను హింసించడు. తనకు తాను ప్రతికూల పరిస్థితుల్ని సృష్టించుకోడు కదా! అన్యుల విషయంలో కూడా అలాగే ప్రవర్తిస్తాడు. ***ఆత్మనః ప్రతికూలాని పరేషాం న సమాచరేత్*** - తనకు ప్రతికూల మైన దాని విషయంలో తానెలా ప్రవర్తిస్తాడో, పరులకు ప్రతికూలమైన దాని విషయంలో కూడా అలాగే ప్రవర్తించాలి అని మహాభారతము ధర్మబోధ చేసింది.

ఇక్కడ ఒక్క విషయాన్ని సూక్ష్మంగా గ్రహించాలి. ఇది చాలా ప్రధాన మైన విషయం. ధర్మ జీవనాన్ని గూర్చి మతా లన్నీ బోధిస్తాయి. ఆ విధమైన మత బోధలు సమాజానికి కొద్దో గొప్పో మేలు చేస్తాయే గాని కీడు చేయవు. ఈ విషయంలో అన్ని మతాలు, మానవీయ దృక్కోణాలు ఒకే విధంగా ఉంటాయి.

కాని, ప్రస్తుత శ్లోకంలో మనం అధ్యయనం చేస్తున్న యోగి, ఆత్మౌపమ్యంతో అన్యుల సుఖదుఃఖాలను గ్రహించడ మనేది మతాలు బోధించే ధర్మజీవన విధానం లాంటిది కాదు. దీని వెనుక గొప్ప తాత్త్విక అవగాహన ఉంది. ఇరవై తొమ్మిదవ శ్లోకం నుండి ముప్పై ఒకటవ శ్లోకం వరకు ***త్వం - తత్ - అసి*** అనే మూడు పదముల వైభవమును వరుసగా ఎలా విశ్లేషించి అర్థం చేసుకున్నామో, ఆ ***తత్త్వమసి*** వాక్యార్థ ఫలంగా ప్రాప్తించిన తాత్త్విక జీవన వైభవమే ఈ ముప్పై రెండవ శ్లోకం. దీనిని నైతిక, ధార్మిక కోణాల నుండి చూచి అర్థం చేసుకోలేము. ఈ జీవన సత్యం మతాలు అందుకోలేనిది. అందించ లేనిది.

ఆత్మనః ప్రతికూలాని పరేషాం న సమాచరేత్ - నీ విషయంలో ఇతరులు ఏది చేస్తే నీకు అనంగీకారమో, దానిని ఇతరుల విషయంలో నువ్వు చెయ్యవద్దు అని నేను ఉదహరించిన మహాభారత ధర్మసూక్తి ఆత్మౌపమ్యంతో జీవించడం క్రిందికి రాదు. భారతం చెప్పిన ఈ విషయాన్ని ఆచరించడానికి తత్త్వశాస్త్రం అవసరం లేదు. ఋజు ప్రవర్తనము గల నాస్తికులు సైతం ఇలా జీవించే వారు ఎందరో ఉన్నారు. ధర్మ జీవనం చాలా గొప్పది. దానిని అర్థం చేసుకోవడానికి సరళ మైన బుద్ధి సరిపోతుంది. కాని, అగ్నికణా ల్లాంటి తాత్త్విక సందేశాలను అర్థం చేసుకొని ఆత్మౌపమ్యంగా జీవించాలి అంటే నిగూఢ మైన శాస్త్ర జ్ఞానాన్ని ప్రామాణికంగా

గ్రహించ వలసి ఉంటుంది. ***తత్త్వమసి*** అనేది సామాన్య వాక్యం కాదు. అది మహావాక్యము. ఆత్మలక్షణ వాక్యం.

నీ పొరుగు వానిని నీ లాగే ప్రేమించు- అని ఒక మతం బోధించింది. అలాగే పరుల సుఖదుఃఖాలను ఆత్మౌపమ్య దృష్టి చేత గ్రహించాలి అని భగవద్గీత చెబుతూ ఉంది. ఈ రెండూ ఒకటేనా? కానే కాదు. ఈ వాక్యాలు ఒకటి కావు. వీటి ద్వారా సాధించే ప్రయోజనాలు కూడా ఒక విధంగా లేవు. ఉండలేవు.

ప్రాచ్య దేశ భాషలను, సంస్కృతులను అధ్యయనం చేసిన జర్మను పండితుడు డాక్టర్ పాల్ డూసేన్, పద్దెనిమిది వందల తొంభై రెండులో తన భారత పర్యటనను ముగించుకొని వెళ్ళే సమయంలో ముంబాయిలో ఏర్పాటు చేయబడిన ఒక సభలో ఇలా ప్రసంగించాడు.

'ది గాస్పల్స్ క్వైట్ కరెక్ట్లీ ఎస్టాబ్లిష్ యాజ్ ద హయ్యెస్ట్ లా అఫ్ మొరాలిటీ, 'లవ్ దై నెయిబర్ యాజ్ దై సెల్ఫ్'. బట్ వై షుడ్ ఐ డూ సో సిన్స్ బైద ఆర్డర్ అఫ్ నేచర్ ఐ ఫీల్ పెయిన్ ఎండ్ ప్లెషర్ ఓన్లీ ఇన్ మై సెల్ఫ్, నాట్ ఇన్ మై నెయిబర్? ది ఆన్సర్ ఇజ్ నాట్ ఇన్ ద బైబిల్, బట్ ఇట్ ఈజ్ ఇన్ ద వేద, ఇన్ ద గ్రేట్ ఫార్ముఌలా 'తత్త్వమసి' విచ్ గివ్స్ ఇన్ త్రీ వర్డ్స్ ద కంబైన్డ్ సమ్ అఫ్ మెటాఫిజిక్స్ ఎండ్ మోరల్స్, యూ షెల్ లవ్ యువర్ నెయిబర్ యాజ్ యువర్ సెల్ఫ్ బికాజ్ యూ ఆర్ యువర్ నెయిబర్'.

'నీ పొరుగు వానిని నీ లాగే ప్రేమించు అనేది మహోన్నత మైన ధర్మంగా బైబిల్ గ్రంథము చక్కగా నిర్ధారణ చేసింది. కాని, నా పొరుగు వానిని నా లాగే ఎందుకు ప్రేమించాలి? నా సుఖదుఃఖాలు నావే గాని నా పొరుగు వానివి ఎలా అవుతాయి? ఈ ప్రశ్నకు సమాధానం బైబిల్ లో లేదు. వేదంలో ఉంది. ***తత్ - త్వం - అసి*** అనే మహావాక్యం లోని మూడు పదాలలో ధర్మాన్ని తాత్త్వికతను మిళితం చేసి అందించడం జరిగింది. నీ పొరుగు వాణ్ణి నీ లాగే ప్రేమించాలి. ఎందుకో తెలుసా! నీ పొరుగు వాడు ఎవరో కాదు. నీవే'.

ఆత్మను ఉపమగా గ్రహించి అన్యుల సుఖదుఃఖాలను గ్రహించడ మనేది బుద్ధి స్థాయి లోని విషయం కాదు. ఆత్మస్థాయి లోని జ్ఞానం. సానుభూతితో కూడిన సేవలకు, ప్రేమలకు, కరుణలకు ఇక్కడ అవకాశమే లేదు. ఇది ఆత్మౌపమ్య స్థితి నుండి విరజిమ్మ బడిన నిర్హేతుక ప్రేమ ప్రవాహము. సామాన్యుల ప్రేమలకు, సాధువు ప్రేమకు ఇదే తేడా. ***ఆత్మౌపమ్యేన భూతేషు దయాం కుర్వన్తి సాధవః*** - ఆత్మ సాదృశ్యము చేత సాధువులు సర్వులపై దయ చూపుతారు అని స్మృతి వాక్యం. ఈ విధమైన యోగి మహోన్నతు డని, ప్రత్యేకంగా తనకు ఇష్టుడని భగవంతుడు చెబుతున్నాడు. ఆరవ అధ్యాయం లోని పదవ శ్లోకంలో, ***యోగీ యుంజీత సతతం*** అంటూ యోగాభ్యాసానికి శ్రీకారం చుట్టి, ఆచార, ఆహార వ్యవహారాదుల నుండి, సాధనలను సోపానక్రమంగా వివరించి, ఫలప్రాప్తిని కూడా అనుగ్రహించి, ధ్యానయోగానికి సంబంధించిన ప్రధాన విషయాన్ని ఈ ముప్పై రెండవ శ్లోకం వద్ద భగవానుడు పరిపూర్ణం గావించాడు. అర్జునుడు ఈ సాధన కష్టతరంగా ఉందని ప్రశ్నించడంతో కొన్ని అవాంతర విషయాలను కూడా చర్చించడం జరిగింది.

యోగం కష్టమే. అలాగని ఉపాయాలు లేక పోలేదు. చదవండి.

అర్జున ఉవాచ :

యోఽ యం యోగ స్త్వయా ప్రోక్తః సామ్యేన మధుసూదన ।
ఏత స్యాహం న పశ్యామి చఞ్చలత్వా త్స్థితిం స్థిరామ్ ॥ 33

యః-అయం-యోగః-త్వయా-ప్రోక్తః-సామ్యేన-మధుసూదన
ఏతస్య-అహం-న-పశ్యామి-చంచలత్వాత్-స్థితిం-స్థిరాం

మధుసూదన	= శ్రీకృష్ణా!	స్థిరాం	= స్థిరమైన.
సామ్యేన	= సమత్వ భావము చేత	స్థితిం	= స్థితిని
యః అయం యోగః	= ఈ యోగము ఏదయితే	చంచలత్వాత్	= చంచల స్వభావము వలన
త్వయా	= నీ చేత	అహం	= నేను
ప్రోక్తః	= చెప్పబడిందో	న పశ్యామి	= తెలుసుకోలేక పోతున్నాను
ఏతస్య	= ఈ యోగము యొక్క		

అర్జునుడు అడుగుతున్నాడు :

మధుసూదనా! కృష్ణా! సమత్వ రూపమైన యోగాన్ని నువ్వు చెప్పావు. కాని, మనస్సు చంచల మైంది కావడం చేత అది స్థిరంగా ఉంటుందని నేను అనుకోవడం లేదు.

వ్యాఖ్య

ప్రవాహ రూపంలో సాగి పోతున్న పార్థ సారథి ప్రబోధానికి అర్జునుని ప్రశ్న అడ్డు నిలిచింది. వాస్తవానికి అద్దం పట్టే ఈ ప్రశ్న ఈ సందర్భంలో చాలా అర్థవంత మైంది. సర్వత్ర సమదృష్టి లక్షణ మైన యోగాన్ని శ్రీకృష్ణుడు ఇంత వరకు అద్భుతంగా బోధించాడు. ముఖ్యంగా ఈ ప్రబోధమును కేవలం సిద్ధాంత పరంగా గాక ఆచరణ యోగ్యంగా, అనుష్ఠాన పరంగా చెప్పడం జరిగింది.

ఆలకించి నంత వరకు ఆనందం గానే ఉన్నా, ఆచరణకు వచ్చే సరికి ఆనందం ఆవిరై పోతూ ఉంది. ఇది కేవలం అర్జునుని సమస్య మాత్రమే కాదు. సర్వ మానవాళి సమస్య. ధ్యానం అనే మాట రాగానే ముందుగా సాధకుల నుండి ఏకాగ్రత కుదరడం లేదు - మనస్సు నిలవడం లేదు అనేదే ఎక్కడైనా వినిపిస్తుంది. ఇది అందరి సమస్య. అర్జునుడు సర్వ మానవాళి పక్షాన ప్రతినిధిగా ప్రశ్నిస్తున్నాడు. కాకపోతే, ఈ సందర్భంలో ఒక్క సత్యాన్ని మనం మనస్సుకు పట్టించాలి.

ఏనుగులే పరుగులు పెడుతూ ఉంటే, దోమల గతి ఏం కావాలి? అర్జును డంతటి వాడే దుస్సాధ్య మని పలుకుతూ ఉంటే, మన పరిస్థితి ఏమిటి? సాధ్యాలను సాధించి పెట్టే సాధనలు మాత్రం సులభ సాధ్యాలు కావని ముందుగా అర్థం చేసుకోవాలి. దానితో పాటు ప్రయత్నశీలునికి ఏదీ అసాధ్యము కాదు అనేది కూడా దృఢంగా విశ్వసించాలి.

అర్జునుని ప్రశ్నాపత్రంగా గోచరిస్తున్న ఈ శ్లోకాన్ని పరిచయం చేస్తూ, ముందు మాటగా శ్రీ శంకరాచార్య స్వామి ఒక్క విషయం చెబుతారు. ఇంతవరకు చెప్పబడిన ***(ఏతస్య యథోక్తస్య)*** సర్వత్ర సమదృష్టి లక్షణ మైన యోగాన్ని ***(సమ్యగ్దర్శన లక్షణస్య యోగస్య)*** సాధించడం చాలా కష్టం అనే విషయాన్ని అర్థం చేసుకొని ***(దుఃఖ సంపాద్యతామ్ ఆలక్ష్య)***, దానిని నిశ్చితంగా పొందడానికి తగిన ఉపాయాన్ని ఆలకించాలనే అభిలాషతో ***(శుశ్రూషుః ధ్రువం తత్ప్రాప్తి ఉపాయమ్)*** అర్జునుడు ప్రశ్నిస్తున్నాడు అన్నారు.

దీనిని బట్టి మూడు విషయాలు మనకు కూడా అర్థ మౌతున్నాయి. (1) సమత్వంతో కూడిన ఈ యోగాన్ని అవలంబించాలి అంటే ఎలాంటి మనస్సు ఉండాలో అర్జునునికి తెలిసి పోయింది. (2) ప్రస్తుతం తన మనస్సు యొక్క పరిస్థితి ఏమిటో కూడా పార్థునికి అర్థమైపోయింది. (3) యోగాన్ని సాధించడానికి యోగ్యమైన మనస్సును ఎలా పొందాలి? అనే ఉపాయాన్ని కృష్ణుని ముఖతః తెలుసుకోవాలని కూడా ఉంది. అర్జునుని ప్రశ్నలో ఈ మూడు ప్రధానాంశాలుగా కనిపిస్తున్నాయి.

అలా ఉండాలి

సర్వ వృత్తి నిరోధ రూపమైన ఈ సమ్యగ్దర్శన లక్షణ యోగమును సాధించ డానికి నిర్విశేష మైన ఆత్మ యందు చిత్తము స్థిరంగా నిలవాలి. ఆత్మయోగాన్ని అభ్యసించే యోగి మనస్సు గాలి లేని చోట దీపం లాగా ఉండాలి *(19 వ శ్లోకం)*. మనస్సును ఆత్మ యందే స్థిరంగా నిలిపి, దేనినీ చింతించకుండా ఉండాలి *(25 వ శ్లోకం)*. ఇవన్నీ గీతాచార్యుడు బోధించిన విషయాలే.

మనో నిగ్రహం లేని వారికి మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండదు. ప్రశాంతచిత్తుడు కాని వాడు యోగాన్ని అభ్యసించ లేడు. ప్రశాంత చిత్తము కలవాడే యోగానందాన్ని పొందుతాడు *(27 వ శ్లోకం)*. చంచలమైన చిత్తము ఏ యోగానికి పని కొస్తుంది? కనుక, సమత్వరూప మైన ఈ యోగాన్ని అనుష్ఠించే మనస్సు స్థిరమైన స్థితిలో ఉండాలి ***(స్థిరాం స్థితిం)***.

ఇలా ఉంది

మనస్సు స్థిరంగా ఉండి తీరాలి. అప్పుడే యోగం సాధ్య మవుతుంది అని తెలుసు. కాని, చిత్తము స్థిరంగా లేదని కూడా తెలుసు. అందుచేతనే యోగం సిద్ధించడం లేదు అనేది కూడా అర్థమవుతూ ఉంది.

మనస్సు స్థిరంగా లేదు అంటున్నాడు. మరి ఎలా ఉంది? చలిస్తూ ఉంది. చంచలంగా ఉంది ***(చంచలత్వాత్)***. చలించే సూదిలో దారం ఎక్కించే దెలా? చంచల మైన మనస్సుతో యోగమును అభ్యసించే దెలా? మనస్సు చంచలంగా ఉంది, అస్థిరంగా ఉంది. ఇది అర్జునునికి అర్థమైంది. ఒక్క అర్జుననికే కాదు, ఇది అందరి అనుభవం లోనూ ఉంది.

మనస్సు చలించడం సమస్య కాదు. చలించే దానినే మనస్సు అంటారు అని తెలియక పోవడమే సమస్య. చంచలమై, అస్థిరంగా ఉండేదే మనస్సు. బహుశ అది స్థిరమై స్తిమిత పడితే దానినే బుద్ధి అంటారు.

కనుక, సమదర్శన యోగానికి నిగ్రహం కలిగిన మనస్సు ఉండాలి అని అర్జునునికి తెలుసు. ప్రస్తుతం తన మనస్సు అలా లేదు, చంచలంగా ఉంది అని కూడా తెలుసు. అంతేకాదు, స్థిరంగా లేకపోవడానికి కారణం కూడా తెలుసు.

అలా ఎలా అవుతుంది?

అలా ఉండవలసిన మనస్సు ఇలా ఉంది. ఇలా ఉండే మనస్సు ఏ ఉపాయం చేత అలా అవుతుంది? దీనికి సమాధానాన్ని ఆశించే అర్జునుడు శ్రీకృష్ణుని ప్రశ్నించాడు. ఆకలిని తీర్చమని అమ్మను అర్థించాలి. ఆర్తిని పోగొట్ట మని ఆచార్యుని ప్రార్థించాలి. అర్జునుడు అదే చేశాడు. ఈ సందర్భములో ఆచార్యుడైన శ్రీకృష్ణుని ***మధుసూదనా!*** అని సంబోధించాడు.

మధు నామానం అసురం సూదితవాన్ ఇతి మధుసూదనః - మధు వనే రాక్షసుని వధించుట చేత శ్రీహరి మధుసూదనుడు. మధువు అంటే తేనె అని కూడా అర్థం. తేనె తియ్యగా ఉంటుంది. మధురమైంది కనుక అది మధువు.

మధువత్ ఇష్టత్వాత్ అహంకారః - తేనె లాగా అందరికీ ప్రియ మైనది, ఇష్ట మైనది అహంకారము. అహంకారాన్ని తృప్తి పరచడానికే సర్వులూ సర్వత్ర ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు. అహంకారము మనస్సులో ఉంటుంది. దీని ప్రేరణ చేతనే మనస్సు చంచలంగా ఉంటుంది.

హే మధుసూదనా! మధు వనే రాక్షసుని వధించావు. జ్ఞాన రూపమైన వేదాలను రక్షించావు (మధుకైటభ

సంహారము). నాలో కూడా మధువు లాంటి అహంకారం ఉంది. దానిని కూడా సంహరిస్తే, నా మనస్సు నియమింప బడుతుంది. యోగానుష్ఠానానికి యోగ్య మౌతుంది అని భావించి ప్రార్థించడమే *మధుసూదనా!* అనే సంబోధన లోని ఆంతర్యము.

మనస్సు నిగ్రహానికి ఎలా శక్యం కావడం లేదో తరువాత శ్లోకంలో కూడా వివరిస్తున్నాడు.

చఞ్చలం హి మనః కృష్ణ ప్రమాథి బలవ ద్దృఢమ్ ।
త స్యాహం నిగ్రహం మన్యే వాయో రివ సుదుష్కరమ్ ॥ 34

చంచలం-హి-మనః-కృష్ణ-ప్రమాథి-బలవత్-దృఢం
తస్య-అహం-నిగ్రహం-మన్యే-వాయోః-ఇవ-సుదుష్కరం

కృష్ణ	=	కృష్ణా!	తస్య	=	అట్టి మనస్సు యొక్క
మనః	=	మనస్సు	నిగ్రహం	=	నిగ్రహము
చంచలం	=	చంచల మైనది	వాయోః ఇవ	=	గాలి వలె
ప్రమాథి	=	మోహమును కలిగించునది	సుదుష్కరం	=	దుస్సాధ్యముగా
బలవత్	=	బలము గలది	అహం	=	నేను
దృఢం	=	దృఢ మైనది	మన్యే	=	భావిస్తున్నాను
హి	=	కదా!			

కృష్ణా! మనస్సు చంచల మైంది. పీడించే స్వభావము కలది. బలవంత మైంది. దృఢ మైంది. దానిని నిరోధించడం చాలా కష్టంగా ఉంది. గాలిని బంధించినట్లే ఉంది.

వ్యాఖ్య

మనస్సు విచిత్ర మైంది. మనస్సు బుద్ధి కాదు. బుద్ధి లేని కారణంగా మనస్సు ఒక్క చోట, లేదా ఒక్క విషయం మీద కొంత కాలం బుద్ధిగా ఉండ లేదు. ప్రతి మనస్సుకు ఒక దృఢమైన అభిప్రాయం ఉంది. సత్యం అనేది బాహ్యంలో ఉంది. ఆనంద మనేది బాహ్యము నుండే అందుతుంది. ఈ అస్తవ్యస్త ధోరణి ప్రతి మనస్సుకు ఉంటుంది. అందుచేతనే ధ్యానం చెయ్యడానికి కళ్ళు మూయగానే, మనస్సు కళ్ళను తెరిపించుకొని బహిర్ముఖ మయ్యేందుకు తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తుంది. లోపల ఉండలేక చలించి పోతుంది. ఎంత ఆపినా ఆగదు. నిలపాలని ఎంత శ్రమించినా నిలవదు. యోగంలో మనస్సే ప్రధాన భూమికను పోషిస్తూ ఉన్నందున, స్థిరంగా నిలబడని మనస్సు చేత యోగాభ్యాసాన్ని కొనసాగించి, ఫలితాన్ని పొందడము దుష్కర మని అర్జునుడు అభిప్రాయ పడుతున్నాడు. కృష్ణా! మనస్సు చంచలము కదా! *(చంచలం హి మనః కృష్ణ!)* అని భగవంతునితో చెబుతూ నరుడు నివ్వెర పోతున్నాడు.

చంచల చిత్తము

మనస్సు చలించే స్వభావం కలది. చలించడము అనేది మనస్సు యొక్క స్వభావము. గాలి వీచి నపుడు కొలనులో అలలు చలించినట్లు, బాహ్య విషయాలు, అనుభవాలు ఏ కొద్దిగా స్మృతికి అందినా మనస్సు చలించి పోతుంది. అలాంటి బాహ్య ఒత్తిడి ఏ మాత్రం లేకపోయినా కూడా, మనస్సు యొక్క పూడిక నుండి మెల్లగా పైకి లేచే కల్పనా తరంగాలు మనస్సును కల్లోల పరుస్తాయి. అందుకే, చలనము మనస్సు యొక్క సహజ స్వభావము అంటున్నాను.

ఎవరైనా విసిగిస్తే మనిషి చిరాకు పడటాన్ని అర్థం చేసుకోగలము. ఎవరి ప్రమేయం లేకుండానే, తన ఊహల ఆధారంగా కల్పిత ప్రపంచాన్ని అంతరంగంలో తయారు చేసుకొని నెత్తి నోరు మొత్తుకొనే వ్యక్తిని ఏమని అర్థం చేసుకోవాలి? అదే గారడి. మనస్సుకు బాగా తెలిసిన ఆట. మనస్సు ప్రతి నిత్యము ఆడే ఆట. ఎంత కాలము ఆడినా ఓటమిని చవి చూడటమే గాని గెలుపు నెరుగదు. వైఫల్యాల ఊబిలో కూరుకు పోవడమే గాని విజయాల బాటలో పయనించడం తెలియదు. అందుచేత, మన బ్రతుకు మీద మన మనస్సును మించి దుష్ప్రభావాన్ని చూపే వారు మరొకరు ఉండరు. భగవంతుడు యోగ విధానాన్ని ఒక వైపు వైభవోపేతంగా వర్ణిస్తున్నా, మరో వైపు అది సాధ్యం కాదేమో అని అర్జునుడు సంశయించడానికి ఇదే ప్రబల కారణము. కృష్ణా! **చంచలం హి మనః** - కృష్ణా! మనస్సు చంచలము కదా! అని జంకి పోతున్నాడు.

చంచలత్వ మనేది మనస్సు యొక్క స్వభావం కావచ్చు. దానికి అర్జునుడు అంతగా జంకి పోవడ మెందుకు? చంచల స్వభావం గల మనస్సు యొక్క ప్రభావాన్ని చూచి నీరస పడుతున్నాడు. మనస్సు చంచలమే కాదు, ప్రమాథి కూడా అంటున్నాడు **(ప్రమాథి).**

ప్రమథన శీలము

చంచల చిత్తము ప్రమథన శీలము. మథించి వేసే స్వభావము కలది. క్షోభ పరచే గుణం కలది. దేహేంద్రియాలను చెదరగొట్టి కలత పెట్టే స్వభావం కలది ***(ప్రమాథి ప్రమథన శీలం, ప్రమథ్నాతి శరీరం ఇంద్రియాణి చ).*** మనస్సు చలన శీలమైతే కానివ్వండి. చలించే స్వభావం ఉన్నంత మాత్రాన కలత పెట్టాలనే నియమం ఉందా?

మనిషిలో మనస్సు ఉన్నట్లే గుండె కూడా ఉంది కదా! గుండె కూడా అనుక్షణం చలిస్తూనే ఉంది కదా! మనస్సు కైనా విశ్రాంతి ఉంది. మరి, గుండె విరామం తెలియకుండా బ్రతికి నంత కాలం చలిస్తూనే ఉంది కదా! అలాగని మనిషిని గుండె క్షోభ పెడుతూ ఉందా? చలించి నంత మాత్రాన కలత పెట్టాలని ఎక్కడుంది?

కనురెప్పలు చలించడం లేదా? చలనత్వ మున్నంత మాత్రాన అవి మనల్ని కల్లోలానికి గురి చేస్తున్నాయా? అనర్థ హేతువు లవుతున్నాయా? లేదు. పైగా అర్థవంతంగా ప్రవర్తిస్తున్నాయి. పరమార్థ లక్ష్యంగా మనుగడను సాగిస్తున్నాయి.

మూసేసిన తలుపును తెరువ మని మనిషి తట్టినట్లు, అనుక్షణము కనురెప్పలు నిశ్శబ్దంగా కొట్టు కుంటూ, మా కళ్ళకు పరమేశ్వరుని దర్శనం ఎప్పుడు చేయిస్తారు? అని అడుగు తున్నాయి. ఈ మాట చాలా మందికి వింతను కలిగించ వచ్చు. అవాస్తవంగా కనిపించ వచ్చు. ఇదే అవాస్తవ మైతే, ఆలయంలో లేదా పూజా సమయంలో మనం పరమేశ్వరుని దర్శించే టప్పుడు కనురెప్పలు మూత పడకుండా అలా ఎందుకని నిలబడి పోతున్నాయి?

కనురెప్పల లాగా అర్థవంతంగా చరించలేక చలించి పోతున్న మనస్సు పని గట్టుకొని అనర్థాన్ని సృష్టించడ మెందుకు? అనేది ప్రశ్న. అది దాని స్వభావము. స్వభావాలు అంత తేలికగా మారవు. కనుకనే, చలన శీలమైన మనస్సు, చంచల స్వభావం గల మనస్సు దేహేంద్రియాలను కూడా క్షోభ పెడుతూ ఉంది.

మనస్సు ప్రకోపిస్తుంది. దారుణ మైన కోపంతో చిందు లేస్తుంది. ఘర్షణకు గురి అవుతుంది. అంతటితో ఆగుతుందా? తన ప్రకోప ప్రభావాన్ని దేహేంద్రియాదులపై కూడా చూపుతుంది. మనస్సులో కదా కోపం పుట్టేది? కోపం మనస్సులో చెలరేగే టప్పుడు, కళ్ళు ఎరుపెక్కుతాయి ఎందుకని? చిత్తం లోని చిందులకు శరీరంపై చెమటలకు సంబంధం ఏమిటి? అదే మనస్సు యొక్క ప్రభావము. ప్రమథన శీల స్వభావము.

మరి అలాంటి మనస్సును నిగ్రహిస్తే పోతుంది కదా! పోతే ఇక బాధెందుకు? పోయేట ట్లయితే ఈ వ్యథంతా ఎందుకు? మనస్సు అంత తేలికగా నిగ్రహింప బడదు. ఎందుకని? దానికి మన కన్నా బల మెక్కువ.

అతి బలవంతము

దేని నైనా నిగ్రహించాలి అంటే, అలా నిగ్రహించే వానికి బలం ఉండాలి. ముక్కుత్రాడు చేత దూడను లాగి ఉంచుతాము. నిగ్రహించడ మంటే ఇదే. దూడ కన్నా మనం బలం కలిగి ఉన్నాం కనుక దానిని నిగ్రహిస్తాము. మనస్సును అలా నిగ్రహించ లేము. ఎందుకో తెలుసా? అది మన కన్నా బలమైంది ***(బలవత్).***

అర్జును డంతటి మహావీరుడు, శివునితో పోరాడి పాశుపతాస్త్రాన్ని సాధించిన పార్థుడు, మనస్సు బలవంత మైనది, నిగ్రహింపను సాధ్యం కానిది అంటున్నాడు. అంటే, అర్జునుని కన్నా మనస్సు బలమైందా? ఏమో! లేకుంటే అలా ఎందుకు చెబుతాడు? అర్జును డంతటి వాడే నిగ్రహించ లేనపుడు మనస్సును ఇంకెవరు నిగ్రహిస్తారు?

అర్జునుడే కాదు, ఎవ్వరైనా మనస్సు ముందు బలహీనులే. ఎవరూ నిగ్రహించ లేని, ఎవరి చేతను నిగ్రహింప బడని శక్తి కలది మనస్సు. అందుకే అది అతిబలవంత మైనదిగా చెప్పబడింది ***(బలవత్, న కేన చిత్ నియన్తుం శక్యమ్).*** అంత బలమైనది కనుకనే పండిత పామరు లనే తేడా లేకుండా ఎవరి నైనా క్షోభ పెడుతుంది. మనస్సును గూర్చి వ్రాసిన వాళ్ళందరూ పండితులే కదా! మనస్సును గూర్చి పామరుల కేమి తెలుసు? మనస్సు జయింప శక్యము కానిది అని మహా మహా పండితులు, మహా మండలేశ్వరులే మండి పడుతూ వ్రాశారంటే, మనస్సు వాళ్ళ జీవితాలలో ఎంత మంట పెట్టి ఉంటుందో ప్రత్యేకంగా చెప్పవలసిన అవసర మేముంది? అనుభవాలే కదా కృతులలో తొంగి చూచేది! అంత బలవంత మైనది కనుకనే అది దృఢ మైనది.

మహా దృఢము

మహా ప్రబల మైంది కనుక మనస్సు మహా దృఢమైంది. వజ్ర రూపమైంది. మనస్సు యొక్క కబంధ హస్తాల నుండి బయట పడటం ఎవ్వరికీ సాధ్యం కాదు. అందుకే దానిని నాగ పాశంతో పోల్చారు భాష్యంలో శ్రీ శంకరులు. ***దృఢం నాగపాశవత్ అచ్ఛేద్యం.*** అంటే, నాగపాశం లాగా ఛేదించ డానికి వీలు లేనంత దృఢ మైనది అని అర్థము. ఏమో! మహా భయంకరమైన సర్ప విషాదులకు కూడా రత్న ఔషధ మంత్రాదుల చేత విరుగుడు కల్పించ వచ్చు. కాని, ప్రమాథియై, బలవత్తరమై, దృఢమై, చంచల మైన మనస్సును నిగ్రహించడం సాధ్యం కాదు.

గాలి భూతము

గగన విహారం చేసే హోరు గాలిని నిగ్రహించడం ఎలా సాధ్యం కాదో, హృదయాకాశంలో పెనుగాలిలా చెలరేగే గాలి మనస్సును నియమించడం కూడా సాధ్యం కాదు. అది దుష్కరము. మామూలు దుష్కరము కూడా కాదు, సుదుష్కరము అంటున్నాడు అర్జునుడు. వాయువును బంధించేది ఎంత దుస్సాధ్యమో, మనస్సును నిగ్రహించడం కూడా అంతే నంటున్నాడు ***(వాయోరివ సుదుష్కరమ్, యథా వాయోః దుష్కరః నిగ్రహః తతోఽ పి మనసః దుష్కరం మన్యే ఇత్యభిప్రాయః).*** విలోమ క్రమంలో అర్జునుని భావాన్ని అర్థం చేసుకుంటూ వస్తే మనస్సు చాలా దృఢమైంది కనుక బలవత్తరము, బలమైనది కనుక ప్రమథన శీలము, ప్రమథన శీల మైనది కనుక చంచలము. ఎంత చంచలము అంటే, దానిని నిగ్రహించే ప్రయత్నం, గాలిని అరచేతిలో బంధించే ప్రయత్నం లాగే ఉంటుంది. ఈ విషయంలో శాస్త్రాలు, మహా పురుషులు ఏకాభిప్రాయంతో ఉన్నారు.

అప్యబ్ధిపానా న్మహతః సుమేరు న్మూలనా దపి
అపి వహ్న్యశనా త్సాధో విషమశ్చిత్త నిగ్రహః ॥

'ఓ సాధుపురుషా! అసాధ్య మైన సముద్ర పానము కన్నా, గొప్పదైన మేరు పర్వతమును పెకలించుట కన్నా, అగ్నిని ఆరగించుట కన్నా మనస్సును నిగ్రహించడమే కష్టము' అన్నది శాస్త్రం. అర్జునుడు సైతం ఆ స్థాయి లోనే తన అభిప్రాయాన్ని భగవంతుని ముందు ఉంచాడు. ఈ శ్లోకంలో గీతాచార్యుని 'కృష్ణా' అని సంబోధించాడు అర్జునుడు. పూర్వ శ్లోకంలో మధుసూదనా! అని పిలిచిన వాడు, ఈ శ్లోకంలో కృష్ణా! అంటున్నాడు. ఈ సందర్భంలో కృష్ణ శబ్దమును విలేఖనార్థము గల 'కృష' ధాతువు నుండి ఉత్పన్నంగా గ్రహించి శ్రీ ఆచార్యుల వారు భాష్యంలో వ్యాఖ్యానించారు.

కృష్ణ శబ్దం సర్వపాప హరం

విలేఖ నార్థము గల 'కృష' ధాతువు నుండి కృష్ణ శబ్దము ఉత్పన్న మైంది. విలేఖనము అంటే త్రుంచుట, ఛేదించుట, వ్రాయుట, గీయుట, లాగుట, ఈడ్చుట అని అర్థములు. కృష ధాతువు నుండి ఈ అర్థాలు కలుగుతాయి. కనుక, ఇక్కడ విలేఖనార్థ రూపంలో కృష్ణా! అని సంబోధించడం చేత కృష్ణ నామం సర్వ పాపహరంగా తెలుస్తూ ఉంది.

భక్త జన పాపాది దోష ఆకర్షణాత్ కృష్ణః - భక్తజనుల పాపాలను లాగి బయట పడేసే వాడు, ఈడ్చి దూరంగా విసిరేసే వాడు, ఆకర్షించి నిర్మూలించే వాడు శ్రీకృష్ణుడు. కృష్ణా! దుష్ట సంస్కారాల చేత బలవత్తరమై, దృఢమై, ప్రమథన శీలమై, చంచల మైన మనస్సును ఎలా నిగ్రహించాలో తెలియడం లేదు. కనుక నిగ్రహించడం శక్యం కావడం లేదు. భక్తుల దోషాలను హరింప చేసే వాడివి అయి నందున నీవు కృష్ణుడవు. నా దోషాలను కూడా హరించు తండ్రీ! దోష హరమైతే, మనస్సు యొక్క చంచలత్వం ఆగుతుంది. యోగానుష్ఠానము నిర్విఘ్నంగా సాగుతుంది అని భావించి, గీతాచార్యుని 'కృష్ణా!' అని అర్జునుడు భక్తితో సంబోధించాడు.

అర్జునుని అభిప్రాయంతో ఏకీభవిస్తూ భగవంతుడు బోధిస్తున్నాడు.

శ్రీ భగవానువాచ :

అసంశయం మహాబాహో మనో దుర్నిగ్రహం చలమ్ ।
అభ్యాసేన తు కౌన్తేయ వైరాగ్యేణ చ గృహ్యతే ॥ 35

అసంశయం-మహాబాహో-మనః-దుర్నిగ్రహం-చలం
అభ్యాసేన-తు-కౌంతేయ-వైరాగ్యేణ-చ-గృహ్యతే

మహాబాహో	=	అర్జునా!	కౌంతేయ	=	అర్జునా!
మనః	=	మనస్సు	అభ్యాసేన తు	=	అభ్యాసము చేత
దుర్నిగ్రహం	=	నిగ్రహించుటకు సాధ్యం కానిది	వైరాగ్యేణ చ	=	వైరాగ్యము చేత
చలం	=	చంచల మైనది	గృహ్యతే	=	నిగ్రహింప బడుతుంది
అసంశయం	=	సందేహము లేదు			

శ్రీ భగవానుడు చెబుతున్నాడు :

అర్జునా! మహాబాహో! మనస్సును నిగ్రహించడం సాధ్య మయ్యే పని కాదు. అది చంచల మైనదే. కాని అభ్యాసం చేత, వైరాగ్యం చేత మనస్సు నిగ్రహింప బడుతుంది.

వ్యాఖ్య

సమస్య ఉంది

మోక్ష మార్గంలో దారి తప్పిన సాధన శకటము తిరిగి రాస్తా లోకి రావాలంటే సాధకుడు వాస్తవాన్ని అంగీకరించే ఉత్తమ లక్షణాన్ని కలిగి ఉండాలి. సత్యాన్ని అంగీకరించ లేని దౌర్బల్యంతో ఆరాటాలను, పోరాటాలను పెంచుకొని అలమటించడం కన్నా, నిజాన్ని అంగీకరించే నైజాన్ని తయారు చేసుకొని, సాధనను సజావుగా సాగించే సాధకులు శ్రేయోమార్గంలో క్షేమంగా పయనిస్తారు.

మనస్సు చంచలంగా ఉంది. నిగ్రహము సాధ్యం కావడం లేదు. బలవంతమై, దృఢతర మైన మనస్సు ప్రమాథిగా ఉంది. దానిని నిగ్రహించడం గాలిని బంధించినట్లే ఉంది అన్నాడు అర్జునుడు. దానికి ప్రతి వచనాన్ని ప్రసాదించే క్రమంలో పార్థసారథి *అసంశయం* అంటూ శ్లోకాన్ని ఆరంభించాడు.

మనస్సు చంచల మని పార్థుడు ప్రసంగించిన విషయాన్ని పరమేశ్వరుడు ముందుగా అంగీకరించాడు. అర్జునా! నువ్వు చెప్పిన విషయంలో సందేహం లేదు *(సంశయః నాస్తి)* అనేశాడు. అంటే, మనస్సు ప్రమాథి అనే విషయంలో గాని, బలవత్తర మైనది అనే విషయంలో గాని, దృఢ మైనది అనే విషయంలో గాని సంశయము లేదు అంటూ ఈ మూడిటిని కలిపి *దుర్నిగ్రహమ్* అనే ఒక్క మాటలో వినిపించాడు.

కానీ ఇక్కడ ఒక అందమైన మెలిక ఉంది. మనస్సు చంచల మని, దుర్నిగ్రహ మని అర్జునుడు పలికిన మాటను శ్రీకృష్ణుడు ఒక వైపు అంగీకరిస్తూనే, తన మాటను తానే అంగీకరించ లేని అర్జునుని మానసిక స్థితిని ఎత్తి మరీ చూపిస్తున్నాడు. ఈ విషయంలో సందేహం ఎందుకు? అని పరోక్షంగా ప్రశ్నిస్తున్నాడు. మనస్సు చంచలం అన్నాడు, బాగుంది. ఇది సమస్య. దానిని నిగ్రహించడం సాధ్యం కాదు అని సమస్యను అపరిష్కృతంగా కూడా తానే నిర్ణయిస్తున్నా డెందుకని? *(తస్య నిగ్రహం సుదుష్కరం అహం మన్యే).* సమస్య ఉన్నప్పుడు పరిష్కారం ఎందు కుండదు? పరిష్కారము లేదు అనడంలో సమస్య కూడా లేదు అనేది అర్జునుని అభిప్రాయమా? లేక, సమస్య లేకుండా ఉంటే బాగుండును అనేది అతని అభిమతమా? చంచలమైన మనస్సుకు పరిష్కారమే లేదనేది పార్థుని మనోగతమా? లేక మనస్సు చంచలం కాకుండా ఉంటే బాగుండేది అనేది అతని మనోభీష్టమా? ఈ రెండిట్లో ఏది ఉన్నా, అది ఉండ దగింది మాత్రం కాదు. మనస్సు చంచలమే. దీనిని ముందుగా అంగీకరించాలి. అది జరిగితే చాలా మటుకు గుండె భారం తగ్గినట్లే. ఈ అంగీకారం కూడా నిస్సందేహంగా ఉండాలి. అందుచేతనే *అసంశయం* అని స్పష్టంగా పలికాడు పరమేశ్వరుడు. ముందు సమస్యను సమస్యగా అంగీకరిస్తే, ఆ తరువాత పరిష్కారాలు వాటంతట అవే పుట్టు కొస్తాయి. సమస్యను సమస్యగా అంగీకరించ లేనపుడు పరిష్కారం స్థానే మరి కొన్ని పమస్యలు ఉత్పన్న మవుతాయి.

పరిష్కారం లేక పోలేదు

ఒక వ్యక్తికి దప్పిక తీవ్రంగా ఉంది. సమీపం లోనే దాహాన్ని తీర్చే నీళ్ళున్నాయి. ఇప్పుడు దప్పిక అతనికి సమస్య అవుతుందా? పరిష్కారం లేనపుడే అది సమస్యగా ఉంటుంది. పరిష్కారం ఉన్నప్పుడు సమస్య ఉండదు. వెలుగు లేని చోటే చీకటి ఉంటుంది. వెలుగు ఉన్న చోట చీకటి ఉండదు.

సమస్య ఎలాంటిదో పరిష్కారము కూడా తత్సంబంధం గానే ఉండాలి. సమస్యను చక్కగా అర్థం చేసుకుంటే, పరిష్కారం దుష్కరం కాదు. అంధకారం సమస్య అయి నపుడు దానికి పరిష్కారం వెలుగే కానీ అంధకారం ఉందని అరచి గగ్గోలు పెట్టడం కాదు కదా! ముందుగా చీకటి ఉందని అంగీకరించిన తరువాత,

దానికి పరిష్కారం వెలు గొక్కటే నని అర్థమైతే, దానిని పొందే ప్రయత్నం చేసి సమస్యను పరిష్కరించు కోవచ్చు.

తమస్సును పోగొట్ట దానికి తేజము పరిష్కారము గాని, తమస్సుకు తమస్సే పరిష్కారం కాదు. కాని, లోకంలో ఇలాంటి ప్రయత్నాలే ప్రాచుర్యంలో ఉన్నాయి. అందుచేత, సమస్యలకు పరిష్కారాలు లభించక పోగా, నూతన సమస్యలు వచ్చి పడుతున్నాయి. పరిష్కారాల కొరకు చేసే ప్రయత్నాలు సమస్యల్ని మరీ జటిలం చేస్తున్నాయి.

దీపం ఉత్సృజ్య వినిఘ్నన్తి తమోఞ్జనైః - దీపమును విస్మరించి కాటుక చేత చీకటిని పోగొట్టే ప్రయత్నంలో ఉన్నారు ప్రజలు. అలా కాకుండా సమస్యను స్పష్టంగా అర్థం చేసుకొని, తదనుగుణ మైన పరిష్కారాన్ని తెలుసుకొని ఆచరిస్తే సమస్యలు సంతాపాలను కాకుండా సంతసాలను కలిగిస్తాయి.

అర్జునుని సమస్యను శ్రీకృష్ణుడు అర్థం చేసుకున్నాడు. నిస్సంశయంగా సమస్యను అంగీకరించాడు. దానికి పరిష్కారాన్ని సహేతుకంగా అందిస్తున్నాడు. అర్జునా! మనస్సు చంచలము, దుర్నిగ్రహము అనే నీ మాట వాస్తవమే. సందేహం లేదు. కానీ, మనస్సును అభ్యాస వైరాగ్యాల చేత నిగ్రహించ వచ్చు అంటున్నాడు గీతాచార్యుడు *(అభ్యాసే న తు వైరాగ్యేణ చ మనః గృహ్యతే నిగృహ్యతే నిరుధ్యతే ఇత్యర్థః).*

అభ్యాస యోగము

నిరంతర ఆత్మానుధ్యానమే అభ్యాసము. విజాతీయ రహిత సజాతీయ వృత్తి ప్రవాహ సగుణ బ్రహ్మ విషయ మానస వ్యాపారమే ఇక్కడ అభ్యాసము. లేదా, విజాతీయ రహిత సజాతీయ వృత్తి ప్రవాహ నిర్గుణ బ్రహ్మ విషయ మానస వ్యాపారంగా కూడా గ్రహించ వచ్చు. మానస వ్యాపారం అనడానికి కారణము ఏమిటంటే, ధ్యానాభ్యాసం అనేది కేవలం మానసక్రియ మాత్రమే. దేహేంద్రియాలకు ఇక్కడ ప్రవేశం లేదు.

ధ్యానాభ్యాసము మానస వ్యాపారము కనుక, ధ్యానాభ్యాసానికి మనం ఉపక్రమించ గానే చంచలము, దుర్నిగ్రహము అయిన చిత్తము బాహ్యానికి పరుగులు తీస్తుంది. మనం ముందు గానే చెప్పుకున్నట్లు, అలా పరుగులు తీయడం మనస్సు యొక్క సహజ స్వభావము. మనస్సు బాహ్యానికి పోవడము సమస్య కాదు. మనం దాని వెంటపడి పోవడం సమస్య. కనుక మనస్సు బాహ్యానికి పోయినా మనం దాని వెంటపడి పోకూడదు. ఇదే ప్రధానమైన విషయము. మనస్సు బహిర్ముఖం కావడం ధ్యానంలో ఒక భాగమే. అలా బహిర్ముఖ మైన మనస్సును వెను దిప్పి అంతర్ముఖం చేయడం కూడా ధ్యానంలో భాగమే. ఇలా ఎన్నిసార్లు మనస్సు వెళ్తున్నప్పటికి, వెళ్ళిన ప్రతిసారి దానిని తిరిగి తెచ్చి ఆత్మ యందు నిలుపుతూ ఉండాలి. ఇదే అభ్యాసము ***(ఆత్మ సంస్థం మనః కృత్వా న కించిదపి చిన్తయేత్** - 6 - 25).*

ధ్యానాభ్యాసాన్ని మంత్ర యుతంగా చేసినా, లేదా జపధ్యానంగా అభ్యసించినా, బాహ్యానికి పారి పోయిన మనస్సును అంతర్ముఖం చేసి ధ్యేయరూపు డైన పరమేశ్వరుని యందు లేదా మంత్రము నందు స్థిరంగా నిలపడము అనే అభ్యాసాన్ని నిరంతరాయంగా కొనసాగించాలి.

మంత్రానికి మంత్రానికి మధ్య నిశ్శబ్ద రూపంలో ప్రశాంతత అనుభవానికి అందుతుంది. అదే చైతన్య ప్రశాంతత. ఆ శాంతిని ధ్యానయోగి ముందుగా సాక్షిమాత్రుడై వీక్షిస్తాడు. శాంతిని వీక్షించే యోగి శాంతి కన్నా వేరుగా లేడు. శాంతిరూపుడై ఉన్నాడు. శాంతిరూపు డైన యోగి శాంతి రూపమైన నిశ్శబ్దాన్ని వీక్షిస్తున్నాడు. మంత్రోచ్చారణ సాగుతున్నా, మంత్రానికి, మంత్రానికి మధ్య ప్రశాంతతను యోగి గమనిస్తాడు. ఇదంతా

ధ్యానమే. ధ్యానాభ్యాస మైనా అదే. జపధ్యాన మైనా అదే. ధ్యానము అభ్యాసంగా కొనసాగడము ధ్యానాభ్యాసము అయితే, జపమునే ధ్యానంగా అభ్యసించడము జపధ్యానము.

మంత్ర జపంలో మంత్రానికి మంత్రానికి మధ్య ప్రశాంతత ఉంది. ఒకవేళ మంత్రాన్ని ఉచ్చరించడం మానేసినా, ప్రశాంతత కొనసాగుతూనే ఉంటుంది. అలాగే మనస్సు ధ్యానంలో మరే దైనా సంకల్పించినా, ఆ సంకల్పాన్ని నువ్వు సాక్షిగా వీక్షిస్తావు. నీవు సాక్షివి కాగానే వృత్తి నీరసించి పోతుంది. ఈ విధంగా మంత్రానికి మంత్రానికి మధ్య, సంకల్పానికి సంకల్పానికి మధ్య ప్రశాంతతను వీక్షించిన సాక్షి, మంత్రం నడిచే టప్పుడు, లేదా సంకల్పాలు సాగే టప్పుడు కూడా సాక్షి గానే ఉన్నాడు. సాక్షి సదా ప్రశాంత సాక్షియే. సంకల్పాల ప్రభావం సాక్షిపై లేదు. అల లేవక ముందు ప్రసన్న గంభీరంగా ఉన్న సాగరం, లేచిన అల పడిన తరువాత కూడా ప్రసన్న గంభీరమే. అంటే అల లేచిన సమయంలో సముద్రము లేదా? ఉంది. సముద్రం ఎప్పుడూ ఉంది. అల లేచినంత మాత్రాన సముద్రం లేకుండా పోలేదు. అలాగే ధ్యానాభ్యాసంలో సాక్షి సదా ప్రశాంతుడై ఉన్నాడు. సంకల్పాలు వచ్చినంత మాత్రాన సాక్షి లేకుండా పోడు. ఇలా అభ్యాసం చేత నీవు ప్రశాంతాత్మవు అవుతావు. సంకల్పాలు నిస్సార మవుతాయి. మనస్సు నిర్వీర్య మవుతుంది. చాంచల్యాన్ని కోల్పోతుంది. కలత పెట్టలేక కుదుట పడుతుంది. దుర్నిగ్రహ మైన మనస్సును అదుపు చేయడానికి ఈ విధంగా అభ్యాసము ఒక ఉపాయము. మరొక నియ మోపాయము వైరాగ్యము.

వైరాగ్య బుద్ధి

విషయాల యందు విరస బుద్ధి వైరాగ్యము. దీని చేత చిత్త ప్రచారం ఆగుతుంది. ఇంతవరకు మనం చూచినవి, చూడనివి అయిన ఇష్ట భోగాల లోని దోషాలను దర్శించడం అలవాటుగా మారడం వల్ల, ఆయా భోగాల పట్ల ఆశ క్షీణించి ఆసక్తి నశించడమే వైరాగ్యము ***(వైరాగ్యం నామ దృష్టా దృష్ట భోగేషు దోష దర్శనాభ్యాసాత్ వైతృష్ణ్యం).*** చూచినవి అంటే అనుభవించిన ఇహలోక భోగాలు. చూడనివి అంటే కేవలం శాస్త్రం చేత చెప్పబడిన స్వర్గాది భోగాలు. ఈ రెండిటి యందు దోష దర్శన ఫలంగా ప్రాప్తించిన వైముఖ్యమే వైరాగ్యము.

ఆసక్తి ఉన్న చోటికే మనస్సు పరుగులు తీస్తుంది. వైరాగ్యం కారణంగా విషయాల యందు విరక్తి జనించడం చేత మనస్సు బాహ్య ప్రపంచం లోకి పరుగులు తీయదు. విషయా లైనా, వస్తువు లైనా ఏమి ఇవ్వగలవు? ఏమీ ఇవ్వలేవు. వస్తువులు వస్తువులు గానే ఉంటాయి. మనం ఇష్టపడితేనే, ఆ క్షణం నుండి అవి ఇష్ట వస్తువులుగా మారి, ఆ తరువాత వాటి ఇష్ట మొచ్చినట్లు మనల్ని ఆడిస్తాయి.

వైరాగ్యం ప్రాప్తించ గానే, వస్తువుల అనిత్యత్వము అర్థ మవుతుంది. ప్రపంచము యొక్క మిథ్యాత్వము తెలిసి వస్తుంది. రాగాద్యభావము చోటు చేసుకుంటుంది. మనస్సు నిగ్రహింపబడి ధ్యానమగ్నమై ఉంటుంది. పరమేశ్వరుని సన్నిధి లోనే పవిత్రంగా ఉంటుంది. ఒకవేళ సంపూర్ణంగా నిగ్రహింప బడని చిత్తము చంచల స్వభావము చేత మళ్ళీ బహిర్ముఖ మైనా, అభ్యాసానికి వైరాగ్యం తోడు ఉండటం చేత, మనస్సు ఏ ప్రదేశానికి వెళ్ళినా అక్కడ ధ్యేయమూర్తియే సాక్షాత్కరింప బడుతాడు.

యత్రైవ యాతి చపలం నను చిత్తమేతత్ తత్రైవ భాతి పరమేశ్వ రేవ సాక్షాత్ !

చపల చిత్తము ఎటు పరుగులు తీసినా, పోయిన ప్రతి చోట పరమేశ్వరుడే సాక్షాత్కరిస్తూ ఉంటాడు. కనుక, నిగ్రహింపను సాధ్యం కాని మనస్సును నిగ్రహించ డానికి అభ్యాస వైరాగ్యాలే ఉపాయాలు. యోగ దర్శనంలో పతంజలి కూడా ఈ విషయాన్నే ధృవ పరచాడు.

అభ్యాస వైరాగ్యాభ్యాం తన్నిరోధః - మనస్సును నియమించే ప్రయత్నంలో వృత్తులను నిరోధించ డానికి అభ్యాస వైరాగ్యాలే ఉపాయాలని యోగదర్శనం - సమాధి పాదం లోని పన్నెండవ సూత్రంలో మహర్షి పతంజలి స్పష్టం చేశాడు. ఈ విధంగా మనస్సును నిగ్రహించిన వానికి యోగం సిద్ధిస్తుంది. మనస్సు నిగ్రహింప బడని వానికి యోగము సిద్ధించదు.

ఈ విషయాన్నే తరువాత శ్లోకంలో స్పష్టం చేస్తున్నాడు.

అసంయతాత్మనా యోగో దుష్ప్రాప ఇతి మే మతిః ।
వశ్యాత్మనా తు యతతా శక్యోఽవాప్తు ముపాయతః ॥ 36

అసంయతాత్మనా-యోగః-దుష్ప్రాపః-ఇతి-మే-మతిః
వశ్యాత్మనా-తు-యతతా-శక్యః-అవాప్తుం-ఉపాయతః

అసంయతాత్మనా	= మనో నిగ్రహము లేని వాని చేత	యతతా	= ప్రయత్నించు నట్టి
యోగః	= యోగము	వశ్యాత్మనా తు	= స్వాధీనమైన మనస్సు గల వాని చేత
దుష్ప్రాపః ఇతి	= పొందశక్యము కానిది అని	ఉపాయతః	= ఉపాయము వలన
మే	= నా యొక్క	అవాప్తుం	= పొందుటకు
మతిః	= అభిప్రాయము	శక్యః	= సాధ్యము

అర్జునా! మనస్సును నిగ్రహించలేని వాడు యోగమును పొందలేడు అని నా అభిప్రాయము. మనస్సు స్వాధీన మైనవాడు ఉపాయం చేత యోగాన్ని పొందుతాడు.

వ్యాఖ్య

చిత్తము లోని మనోవృత్తులను నిరోధించడమే మనో నిగ్రహము. అదే యోగము. చిత్త వృత్తులను నిరోధించడము అనే ఈ మనో నిగ్రహము అభ్యాస వైరాగ్యముల అధీనంలో ఉందని అర్థం చేసుకున్నాం ***(ఉభయాధీనః చిత్తవృత్తి నిరోధః).*** కనుక, పోట్లగిత్తను ముక్కుత్రాడు చేత, మదపు టేనుగును అంకుశము చేత నిగ్రహించినట్లు, అభ్యాస వైరాగ్యము లనే ఉపాయముల చేత మనస్సును నిగ్రహించాలి. మనస్సును నిగ్రహించలేని వాడు యోగమును పొందలేడు. వాడే అసంయతాత్ముడు.

అసంయతాత్ముడు

ఎవరి మనస్సు సంయత మైందో, అంటే నిగ్రహింప బడిందో వాడు సంయతాత్ముడు. అభ్యాస వైరాగ్యముల చేత ఎవరి మనస్సు నిగ్రహింప బడదో వాడు అసంయతాత్ముడు. అట్టి అసంయతాత్ముని చేత యోగము దుష్ప్రాపము అంటున్నాడు భగవంతుడు. దుష్ప్రాప మంటే, అతి దుఃఖం చేత పొంద బడుతుంది అని అర్థము. దాని భావం పొంద శక్యం కాదు అని.

యోగం సిద్ధించడం లేదు అంటే మనస్సు నిగ్రహింప బడటం లేదని అర్థం. మనస్సు నిగ్రహింప బడటం లేదు అంటే అభ్యాసం అబ్బటం లేదు, వైరాగ్యం కుదరటం లేదు, శక్తి చాలడం లేదు, యుక్తి తెలియడం లేదు అని అర్థం. అలాంటి వాడు మనస్సును నిగ్రహించ గలడా? అందుచేతనే, మనస్సును నిగ్రహించలేని అసంయతాత్మునకు యోగము సిద్ధించదు అనేది తన నిశ్చితాభిప్రాయంగా చెబుతున్నాడు గీతాచార్యుడు. అంతేకాదు, అసంయతాత్ముడు పొందలేక దుఃఖపడుతూ ఉంటే, వశ్యాత్ముడు చక్కగా ఉపాయంతో ప్రయత్నించి యోగాన్ని పొందుతున్నాడు అని కూడా చెబుతున్నాడు.

వశ్యాత్ముడు

వశ్యాత్ముడు అంటే అభ్యాస వైరాగ్యాల చేత మనస్సును నిగ్రహించిన వాడు. అలాంటి వాడు ప్రయత్న శీలుడై ***(యతతా భూయోఽపి ప్రయత్నం కుర్వతా),*** అభ్యాస వైరాగ్యాలనే ఉపాయాల చేత ***(యథా ఉక్తాత్ ఉపాయాత్)*** యోగాన్ని పొందడము సాధ్య మవుతూ ఉంది ***(శక్యః అవాప్తుం యోగః).***

మనస్సును వశపరచుకొని ఉన్నవాడు కనుక అతడు వశ్యాత్ముడు. అట్టి వాని మనస్సు చలించదు. ఎందుచేత? మనస్సును చలింప చేసే వాసనలు క్షయమై పోయాయి కనుక మనస్సు చలించడం మాని నిశ్చలంగా గాలి లేని చోట దీపం లాగా *(6 - 19)* స్థిరంగా ఉంటుంది.

మనస్సు చలించడము అనేది కార్యము. అలా చలించ డానికి కారణమైన పూర్వ సంస్కారాలు, లేదా వాసనలు కారణము. ***నిమిత్తాపాయే నైమిత్తిక స్యాప్యపాయః -*** కారణము తొలగి పోగానే, కార్యము కూడా తరిగి పోతుంది అనే న్యాయానుసారము, కారణమైన వాసనలు మనస్సులో క్షయించ గానే కార్యమైన చంచల స్వభావము మనస్సులో కనిపించదు. మనస్సు యొక్క చలనానికి కారణమైన వాసనలు అభ్యాస వైరాగ్యాదుల ద్వారా క్షయ మవుతాయి.

అసంగ వ్యవహారిత్వాత్ భవ భావన వర్జనాత్ ।
శరీర నాశ దర్శిత్వాత్ వాసనా న ప్రవర్తతే ॥

వైరాగ్య ప్రభావం చేత వస్తువుల అనిత్యత్వం తెలిసి వస్తుంది. ప్రపంచము యొక్క మిథ్యాత్వము అర్థ మవుతుంది. మిథ్యా విషయాల పట్ల ఆసక్తి ఎవరి కుంటుంది? కనుక ప్రపంచ వ్యవహారాల యందు సంగత్వము నశిస్తుంది ***(అసంగ వ్యవహారిత్వాత్).***

ప్రపంచముతో, ప్రాపంచిక వ్యవహారాలతో సంబంధము క్షీణించ గానే సంసార వ్యామోహము నశిస్తుంది ***(భవ భావన వర్జనాత్).*** దృశ్య ప్రపంచము మిథ్య అని అర్థం కావడం చేత అసంగత్వము ఎలాగైతే ప్రాప్తించిందో, అలాగే దృశ్యమైన దేహము కూడా అనిత్యమే నని, నశించేదే నని అర్థం కావడం చేత ***(శరీర నాశ దర్శిత్వాత్)*** దేహ వాసన కూడా క్షీణిస్తుంది. దేహాత్మ భావం మనస్సులో దూర మవుతుంది. లోక వాసన లేకుండా పోయింది. సంసార వ్యామోహము అంతరించింది. దేహాత్మ భావం కూడా నశించింది. ఇక వాసన ఎక్కడుంది? వాసన లేనపుడు మనస్సు చలించ డానికి హేతు వెక్కడుంది? ఈ విధంగా అభ్యాస వైరాగ్య ఉపాయాల చేత వశ్యాత్ముడు మనస్సును చక్కగా నిగ్రహించి యోగాన్ని సాధించు కుంటాడు.

మాట వినని మనసును
నియమిస్తేనే యోగము
మనసే మనసును నియమించునా
విలపించే శిశువే లాలించునా?
తిరిగే మనస్సును తిరగనీ
చూస్తూ సాక్షిగా ఉండిపో
రామ రామ జయ రాజారామ్
రామ రామ జయ సీతారామ్

అని రామజోగి చిట్కా.

శ్రద్ధావంతుడై యోగమును అభ్యసించే వాడు ఒకవేళ మనో నిగ్రహమును సాధించలేక మధ్యలో

మరణిస్తే, అతడే మౌతాడు? అనే సందేహం ఈ సందర్భంలో అర్జునునికి కలిగింది. ఆచార్యుని అదే అడుగు తున్నాడు.

అర్జున ఉవాచ :

అయతిః శ్రద్ధ యోపేతో యోగా చ్చలిత మానసః ।
అప్రాప్య యోగ సంసిద్ధిం కాం గతిం కృష్ణ గచ్ఛతి ॥ 37

అయతిః-శ్రద్ధయా-ఉపేతః-యోగాత్-చలితమానసః
అప్రాప్య-యోగసంసిద్ధిం-కాం-గతిం-కృష్ణ-గచ్ఛతి

కృష్ణ	= కృష్ణా!	యోగ సంసిద్ధిం	= యోగసిద్ధిని
అయతిః	= ప్రయత్న రహితుడును	అప్రాప్య	= పొందక
శ్రద్ధయా ఉపేతః	= శ్రద్ధతో గూడిన వాడు	కాం గతిం	= ఏ గతిని
యోగాత్	= యోగము నుండి	గచ్ఛతి	= పొందుతాడు
చలిత మానసః	= చలించిన మనస్సు కలవాడు		

అర్జునుడు అడుగుతున్నాడు :

కృష్ణా! శ్రద్ధ ఉన్నా, మనో నిగ్రహం లేని వాడు యోగసిద్ధిని పొందలేడు కదా! మరి, అతని గతేమిటి?

వ్యాఖ్య

సవ్యసాచి సందేహము

యోగాన్ని గూర్చి పరమేశ్వరుడు చెప్పవలసింది అంతా చెప్పేశాడు. ఇక అర్జునుడు చేయవలసిందే మిగిలి ఉంది. భగవద్గీత బ్రహ్మవిద్య, యోగశాస్త్రం కూడా. బ్రహ్మవిద్య ఎంత చెప్పినా, తవ్య ప్రత్యయమే కనుక ***(శ్రోతవ్యః మన్తవ్యః నిదిధ్యాసి తవ్యః)*** హాయిగా శ్రవణం చేస్తూ ఉంటారు. యోగశాస్త్రం వద్దకు వచ్చే సరికి అది అనుష్ఠానానికి సంబంధించింది కనుక మీన మేషాలు లెక్కిస్తూ ఉంటారు. మనస్సులో సంశయ సరాలు వ్రేలాడుతూ ఉంటాయి. శ్రీకృష్ణుడు బోధించిన ధ్యానయోగాన్ని ఆలకించడం అయిపోయింది. ప్రస్తుతం ఆచరించ వలసిందే మిగిలి ఉన్నందున అర్జునుణ్ణి సందేహాలు ఆవరిస్తున్నాయి.

కృష్ణా! నువ్వు చెప్పిన ఈ ఆత్మధ్యానాన్ని ఒకడు శ్రద్ధతో ఆచరిస్తూ ఉంటాడు ***(శ్రద్ధయా ఉపేతః).*** కాని, ప్రయత్నంలో వెనుక బడి ఉంటాడు. పూర్వ శ్లోకంలో చెప్పుకున్నట్లు అసంయతాత్ముడై ఉంటాడు. అంటే మనస్సును అభ్యాస వైరాగ్యాల చేత చక్కగా నిగ్రహించలేడు. మంద వైరాగ్యంతో ముందుకు పోలేడు. ప్రయత్న లోపం కలవాడు ***(అయతిః అప్రయత్నవాన్ యోగమార్గే).*** అందుచేత శ్రద్ధ ఉండినా, యోగం నుండి చలించి పోతూ ఉంటాడు ***(చలిత మానసః యోగాత్).*** అట్టి వాడికి యోగం సిద్ధించదు. అలా యోగసిద్ధిని పొందలేక మరణిస్తే అతడు ఏమౌతాడు? అతడి గతి ఎలా ఉంటుంది? ఇది అర్జునుని సందేహము.

మునగడమా? తేలడమా?

ఆత్మధ్యానం యొక్క ఫలం సమదర్శనము. సమ్యగ్దర్శనము యొక్క స్థితియే మోక్షము. మరి మోక్షమును ఆశించి యోగానుష్ఠానాన్ని ప్రారంభించిన సాధకుడు, అనివార్య కారణాల చేత మనస్సును నిగ్రహించ లేని స్థితిలో మరణిస్తే, ఆ తరువాత ఏమౌతాడు? అనేది అర్జునుని సందేహము. ఏమౌతాడు అంటే ఎక్కడికి చేరుతాడు? అనేది శంక.

యతిః అంటే యత్నించే వాడు. ***అయతిః*** అంటే ప్రయత్నము చేయని వాడు. దాని అర్థం అసలే ప్రయత్నం చేయని వాడు అని కాదు. అల్పంగా యత్నించే వాడు అని అర్థం. ***అల్పార్థే నఞ్ - అయతిః*** అనే చోట అల్పార్థం వలన ***నఞ్*** ప్రయుక్త మైంది. కనుక ***అయతిః*** అంటే అల్ప ప్రయత్నం చేయువాడు అని అర్థం. అలాగని శ్రద్ధ లేని వాడు కాదు. శ్రద్ధతో కూడిన వాడే. మరి శ్రద్ధ ఉన్నప్పుడు ప్రయత్న లోపం ఎందు కుంటుంది? ఏం చేద్దాం! శ్రద్ధ నేటిది. ప్రారబ్ధం ఒక నాటిది. ప్రారబ్ధ పవనాలు తీవ్రంగా వీచి నపుడు ఎంత ప్రయత్నించినా, ఫలితం చేజారి పోతూనే ఉంటుంది. ప్రయత్నాలు పూర్ణంగా సాగుతూ ఉండినా, ఫలితాలు అంతంత మాత్రం గానే ఉంటాయి. ప్రయత్నంలో అశక్తత చోటు చేసుకుంటే, వైరాగ్య అభ్యాసాలు మందగిస్తే, ఇక ఫలిత మేముంటుంది?

సమస్తాన్ని త్యజించి, మోక్ష పిపాసియై, శ్రేయోమార్గాన్ని ఎంచుకున్న సాధకునికి అభ్యాస వైరాగ్యాలు ఎందుకని మందగిస్తాయి అంటే ఏమి చెప్పగలం? బోధన సరిగా అందక పోవడం కారణం కావచ్చు. లేక, బోధన అందినా, సాధన వక్రించి ఉండవచ్చు. కారణ మేదైనా, అభ్యాస వైరాగ్యాలు సన్నగిల్లి నపుడు మనస్సు చలించి పోతుంది. అభ్యాస కాలం లోనే మనస్సు చలించి పోతూ ఉంటే, ఇక అంత్య కాలంలో, దేహ భంగ కాలంలో మనస్సు ఎలా ఉంటుంది? గాలి హోరుగా వీచి నపుడు, అరటి చెట్టు చలించినట్లే ఉంటుంది. అభ్యాస కాలంలో చలించిన మనస్సు మరణ కాలంలో విచలితమై పోతుంది. స్మృతి భ్రంశమై పోతుంది ***(యోగాత్ అన్తకాలేఽపి చలితం మానసం యస్య సః చలిత మానసః భ్రష్ట స్మృతిః).***

చివరికి ఏమౌతుంది? యోగి ఏమౌతాడు? సర్వ కర్మలను విడిచి పెట్టి, సంసారాన్ని, సంసార సుఖాలను పరిత్యజించి, వైరాగ్య యుతుడై, ధ్యానాభ్యాసాన్ని సాగిస్తూ జీవితాన్ని గడిపేశాడు కనుక, ఇహానికి సంబంధించినది ఏదీ మిగల లేదు. ఇహం పోయింది.

ధ్యాన యోగాభ్యాసంలో నిరంతరం కొనసాగడం చేత, పుణ్యకర్మాచరణము కూడా చేయనందున, పుణ్యఫల విశేషంగా ప్రాప్తించే స్వర్గసుఖాలు కూడా మృగ్య మయ్యాయి. ఇహము పోయింది. పరము రానంది.

ఇక ఇహపర భోగాలను ఏ కారణంగా అయితే త్యజించాడో, అట్టి మోక్షము ప్రయత్న లోపం చేత, మంద వైరాగ్య కారణంగా, అలభ్యమై పోయింది. ఇహం పోయింది. పరం రానంది. మోక్షం అయోమయంగా మిగిలింది. ఇంతకీ ఈ యోగి ఏమయ్యేటట్లు? మునగడమా? తేలడమా?

ఏమయ్యాడు? ఏమౌతాడు?

కర్మాచరణము లేని కారణంగా కర్మఫలాలు లేవు. ప్రయత్న లోపం వల్ల యోగం ప్రాప్తించ లేదు. మోక్షం సిద్ధించ లేదు. అభ్యుదయ నిశ్రేయసలు రెండూ దూర మయ్యాయి. దూర మయ్యేవి దూరమౌతున్నా యని, మృత్యువు దగ్గర కాకుండా ఉంటుందా? సమవర్తి సన్నిహిత మయ్యే కాలం సమీపిస్తుంది. యోగి చనిపోతాడు. జీవిత కాలంలో ఏదీ కాలేక పోయాడు. మరణించి ఏమౌతాడు? ఎక్కడికి పోతాడు? అని ప్రశ్నిస్తున్నాడు పార్థుడు.

పుణ్యకర్మ లేనందున స్వర్గానికి పోడు. పాపాచరణం తెలియ నందున నరకంలో కాలు పెట్టడు. దేవతోపాసనలు చేసిన వాడు కానందున ఆయా దేవతల లోకాలకు పోలేడు. సమ్యగ్దర్శనము ప్రాప్తించ నందున మోక్షాన్ని పొందలేడు. మరి అతని *గతేమిటి? **(కాం గతిం కృష్ణ గచ్ఛతి).*** కృష్ణా! అలాంటి యోగి ఏ గతిని పొందుతాడు? అని ప్రశ్నించాడు అర్జునుడు. ఇలా ప్రశ్నించడం వెనుక తెలుసుకోవాలి అనే ఆసక్తి ఉందే గాని, సిద్ధాంతాన్ని ఆక్షేపించాలనే అభియోగము లేదు.

భగవద్గీత అధ్యాయాల పూర్వోత్తరాలను ప్రక్కన ఉంచితే, మేధావి ఛిన్నసంశయుడు అని భగవంతుడే

కాం గతిం గచ్ఛతి! - ఏ గతిని పొందుతాడు? ఇక్కడ **కాం** అనే **కిం** శబ్దము అవిజ్ఞాత పదార్థ జిజ్ఞాసార్థకము. అంటే, తెలియని వస్తువును తెలుసుకోవాలి అనే కోరిక గలది. అంతేగాని ఆక్షేపార్థకం కాదు.

ఇంతకీ ఇతడే మౌతాడు? నశించి పోతాడా? అదే ప్రశ్నిస్తున్నాడు పార్థుడు.

కచ్చి న్నోభయవిభ్రష్ట శ్ఛిన్నాభ్ర మివ నశ్యతి ।
అప్రతిష్ఠో మహాబాహో విమూఢో బ్రహ్మణః పథి ॥ 38

కచ్చిత్-న-ఉభయ విభ్రష్టః-ఛిన్నాభ్రం-ఇవ-నశ్యతి
అప్రతిష్ఠః-మహాబాహో-విమూఢః-బ్రహ్మణః-పథి

మహాబాహో	=	శ్రీకృష్ణా!			
ఉభయ విభ్రష్టః	=	రెంటికిని చెడినవాడై	ఛిన్నా భ్రమివ	=	చెదిరిన మబ్బు వలె
బ్రహ్మణః పథి	=	బ్రహ్మజ్ఞాన మార్గము నందు	న నశ్యతి కచ్చిత్	=	చెడిపోడు కదా!
విమూఢః	=	మూఢుడును			
అప్రతిష్ఠః	=	ఆధారము లేని వాడగుచు			

హే కృష్ణా! మహాబాహో! యోగంలో స్థిరపడలేక పోయాడు. ఇహపరాలు దక్కక ఉభయ భ్రష్టు డయ్యాడు. ఈ మందభాగ్యుడు చెదరిన మేఘం లాగా నశించిపోడు కదా!

వ్యాఖ్య

చేతి లోని అన్నపు ముద్ద మూతిలో పడాలే గాని చేజారి మట్టిలో పడ కూడదు. కాని, అలా పడిన, పడుతున్న సమయాలు, సన్నివేశాలు మనకు తెలియనివి కావు. ఇలాంటి ఘటనలు సంభవించిన చోట ప్రధానంగా ప్రయత్న లోపమే కొట్టొచ్చినట్లు కనిపిస్తుంది.

మనం ఎంత దూరం ప్రయాణం చేసినా, వేసే ప్రతి అడుగు జాగ్రత్తగా వేయాలి. తడబడినా, తొట్రుపాటు చెందినా పతనం తప్పదు. ఎంత మధురమైన పదార్థ మైనా చేజారితే మట్టిపాలే కదూ? ఈ విషయంలో ఆధ్యాత్మిక మార్గము కూడా విలక్షణంగా లేదు.

పతనాలు ప్రతి చోట ఉంటాయి. పతన హేతువు లున్న చోట పతనాలు తప్పవు. ప్రయత్నం జరిగితేనే ప్రగతి అయినా, పతన మైనా. ఏ ప్రయత్నం లేని చోట పొందే దేముంటుంది? పోగొట్టుకొనే దేముంటుంది?

ప్రయత్నాలు చేయడమే కాదు. అవి ఫలితాలను ప్రసాదించే లాగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఫలితాలను నిరోధించే ప్రతిబంధకాలను నివారించుకుంటూ ముందుకు సాగాలి. అప్పుడే అభ్యున్నతి. అట్టి వారికే ప్రగతి.

పుణ్యఫల విశేషం చేత పవిత్ర మైన మార్గాన్ని ఎన్నుకొని, గమ్యం చేరే లోగా ప్రయత్న లోపం చేత పతన మైన ఒక దురదృష్టవంతుణ్ణి గూర్చి పూర్వ శ్లోకంలో అర్జునుడు ప్రశ్నించాడు. మరి, అతడి గతి సుఖాంతమా, విషాదాంతమా? వికాసానికి ఎక్కడైనా ద్వారాలు తెరుచు కుంటాయా? లేక, వినాశమే ఫలితమా? అని శంకిస్తూ, ఈ ప్రస్తుత శ్లోకంలో కూడా పూర్వ ప్రశ్ననే కొనసాగిస్తున్నాడు.

అప్రతిష్ఠుడు

అప్రతిష్ఠుడు అంటే ఆశ్రయము లేనివాడు అని అర్థం **(అప్రతిష్ఠః నిరాశ్రయః).** బ్రహ్మప్రాప్తి మార్గంలో ***(బ్రహ్మణః పథి)*** దిక్కు తోచని స్థితిలో ఉన్నాడు కనుక విమూఢుడు **(విమూఢః).** అటు కర్మ మార్గం నుండి ఇటు ఆత్మధ్యానం, లేదా జ్ఞానమార్గం నుండి పతన మయ్యాడు కనుక ఉభయ విభ్రష్టుడు **(కర్మ మార్గాత్**

యోగ మార్గాచ్చ విభ్రష్టః విడిపోయిన మేఘ ఖండం లాగా అప్రతిష్ఠుడు ***(ఛిన్నాభ్రమ్ ఇవ).***

యోగ మార్గంలో సరిగ యత్నించని వాడు ***అయతిః*** అని పూర్వ శ్లోకంలో ఎవడి నైతే మనం తెలుసుకున్నామో వాడే ఈ అప్రతిష్ఠుడు. ***పథి*** అంటే మార్గము. ***అయతి*** అంటే చరించిన మార్గము. ***బ్రహ్మణః పథి*** అంటే బ్రహ్మ యొక్క మార్గము అని అర్థము. బ్రహ్మమార్గము అనేది ఒకటి ప్రత్యేకంగా లేదు. వాస్తవానికి బ్రహ్మము మార్గము కాదు, గమ్యము.

ఒక మార్గాన్ని అనుసరించి గ్రామానికి చేరుతాము. ఆ విధంగా బ్రహ్మమును చేరడానికి ప్రత్యేకంగా బ్రహ్మ మార్గము అనేది లేదు. చేరాలనుకొనే వాడెవడో అతడే బ్రహ్మము. ఇక చేరే దెక్కడికి? కనుక ఇక్కడ బ్రహ్మ మార్గము అంటే, బ్రహ్మ ప్రాప్తికి, లేదా బ్రహ్మమును పొందటానికి ఉపాయ మైన మార్గము అని అర్థము. ఈ విధంగా బ్రహ్మప్రాప్తి మార్గంలో రెండు విధాల భ్రష్టుడు కావడం చేత, అప్రతిష్ఠుడు అనగా ఆశ్రయం లేని వాడు అయ్యాడు. జ్ఞాన కర్మ మార్గాలు రెండిటి లోనూ ఆశ్రయాన్ని, ఆలంబనాన్ని కోల్పోయిన వాడయ్యాడు.

ప్రపంచము మిథ్యారూప మని, కర్మఫలాలు అనిత్య మని భావించి, కర్మలను త్యజించి జ్ఞానమార్గంలో ప్రవేశించాడు. కాని, ప్రతిబంధకాలను తొలగించుకొని ప్రగతిని సాధించే ప్రయత్నంలో విఫలమై, జ్ఞానమార్గంలో కూడా పతన మయ్యాడు. బ్రహ్మజ్ఞాన ప్రాప్తికి ఉపాయాలైన కర్మయోగం లోను, జ్ఞానయోగం లోను రెండిటి లోను పతన మయ్యాడు. ***ఇతో భ్రష్టః - తతో భ్రష్టః*** లాగా పరిస్థితి తయారైంది. అటు కర్మయోగ ఫలం చిక్కలేదు. ఇటు జ్ఞానయోగ ఫలం దక్కలేదు. ఇతడు మరణించిన తరువాత ఏమౌతాడు? మింటిలో మేఘ శకలం లాగా మిగిలి పోతాడా?

మింటిలో మబ్బు తునక

అభ్రమ్ అంటే మేఘము. ***ఛిన్నాభ్రమ్*** అంటే విడిపోయిన మేఘ ఖండము. ఉభయ భ్రష్టత్వం చెందిన 'అయతి' విడిపోయిన మేఘ శకలం లాగా మిగిలి పోతాడా ఏమి! అనేది శంక. పెద్ద మేఘం నుండి విడిపోయిన ఒక మబ్బు తునక ఎటూ కాకుండా పోతుంది. పైకి పోలేదు. వర్ష రూపంలో క్రిందికి జారనూ లేదు. వృథాగా ఆకాశంలో మిగిలి ఉంటుంది.

పెద్ద మేఘం నుండి విడిపడింది. తిరిగి ఆ మబ్బు తునక మేఘాన్ని చేరలేదు. ఎంతో ఉన్నతంగా చరించాలని భావించి ఉన్నచోట నుండి విడి పోయింది. ఆశించిన ఔన్నత్యాన్ని ప్రయత్న లోపం చేత పొందలేక పోయింది. ఏ మేఘం నుండైతే విడి పోయిందో, ఆ మేఘాన్ని తిరిగి చేరే అవకాశాన్ని కోల్పోయింది. పోనీ, తానే వర్షించి భూమిని చేరుతుందేమో అనుకుంటే, అట్టి శక్తిని కూడా కోల్పోయింది. అంతా భ్రష్టత్వమే.

మహా మేఘ మనే కర్మక్షేత్ర మైన సమాజం నుండి విడి పోయాడు. ప్రయత్న లోపం వల్ల జ్ఞాన మార్గంలో ఆశించింది సాధించలేక పోయాడు. మింటిలో మేఘ ఖండంలా వృథాగా గోచరిస్తున్నాడు. అటూ ఇటూ కాకుండా పోయాడు. నింగి కెగర లేక, నేలను తాకలేక నడుమ నిరాశతో నిరీక్షిస్తున్న మబ్బుతునక లాగా ఉభయ భ్రష్టు డయ్యాడు. ***ఉభయభ్రష్టుత్వం ఉప్పరి సన్యాసం*** అనే సామెతకు చివరికి సామ్య మయ్యాడా? ఈ శంకల మధ్య జంకి పోయిన అర్జునుడు, తన సంశయాన్ని విచ్ఛేదనం గావించ మని విజయసారథిని వినమ్రుడై అర్థించాడు.

నీవు తప్ప అన్యులు లేరంటూ అర్జునుడు అచ్యుతుని ప్రార్థిస్తున్నాడు.

ఏతన్మే సంశయం కృష్ణ ఛేత్తు మర్హ స్యశేషతః ।
త్వదన్యః సంశయ స్యాస్య ఛేత్తా న హ్యుపపద్యతే ॥ 39

ఏతత్-మే-సంశయం-కృష్ణ-ఛేత్తుం-అర్హసి-అశేషతః
త్వదన్యః-సంశయస్య-అస్య-ఛేత్తా-న-హి-ఉపపద్యతే

కృష్ణ	=	కృష్ణా!	అర్హసి	=	తగుదువు
మే	=	నా యొక్క	అస్య	=	ఈ
ఏతత్	=	ఈ	సంశయస్య	=	సందేహమును
సంశయం	=	సందేహమును	ఛేత్తా	=	తీర్చేవాడు
అశేషతః	=	నిశ్శేషముగా	త్వదన్యః	=	నిన్ను మించినవాడు
ఛేత్తుం	=	నివారించుటకు	న ఉపపద్యతే హి	=	ఉండదు కదా!

కృష్ణా! నా సందేహాన్ని పూర్తిగా నువ్వే తొలగించాలి. నువ్వు తప్ప మరొకడు తొలగించ లేడు.

వ్యాఖ్య

సందేహ నివారణము

నివారణము లేకుండా దేహంలో వ్యాధి ఉంటే ఎంత ప్రమాదమో, నివర్తకం కాకుండా మనస్సులో సందేహం మిగిలితే అంత కంటే ఎక్కువ ప్రమాదము. సందేహం కలగడం చెడు కాదు. సందేహం కలిగిన తరువాత పోగొట్టుకోక పోతే మంచిది కాదు.

కృష్ణా! నా సంశయాన్ని పూర్తిగా తొలగించ డానికి నువ్వే తగిన వాడివి ***(మే సంశయం అశేషతః ఛేత్తుమ్ అర్హసి).*** ఈ సంశయమును పోగొట్టే వాడు ***(అస్య సంశయస్య ఛేత్తా)*** నీ కంటే మరొకడు లేడు కదా! ***(త్వదన్యః న ఉపపద్యతే హి!).***

నా సందేహాన్ని పూర్తిగా నీవే తొలగించాలి అని అర్జునుడు అనడంలో సంప్రదాయం తాండవిస్తోంది. అర్జునుడు 'నేను నీకు శిష్యుణ్ణి. శరణాగతుణ్ణి. నన్ను శాసించు' అని పలికిన తరువాతే శ్రీకృష్ణుడు గీతాబోధను ఆరంభించాడు. ప్రస్తుతం కృష్ణార్జునుల మధ్య సంవాదముగా గీతను మనం అధ్యయనం చేస్తున్నా, వాస్తవానికి ఇది గురుశిష్య సంవాదము. అలాంటప్పుడు శిష్యుడైన వాడు తన సందేహాలను గురుముఖతః నివృత్తి చేసుకోవడం సంప్రదాయం గాని, మరొకరిని ఆశ్రయించి ఎలా నివృత్తి చేసుకుంటాడు? అసలు సందేహ మనేది ఎప్పుడు కలుగుతుంది? బోధను ఆలకించి నపుడు కదా! ఎక్కడైతే బోధను గ్రహిస్తామో, బోధలో ప్రాప్తించిన సందేహాన్ని బోధించిన గురువు వద్దే నివృత్తి చేసుకోవాలి. శిష్యుడు అనేవాడు శ్రద్ధ కలిగిన వాడు. శాస్త్రం మీద, గురు వచనం మీద అకుంఠిత మైన విశ్వాసాన్ని కలిగి యుండటమే కదా శ్రద్ధ! తనకు ఎవరి మీద విశ్వాసం ఉందో వారి నుండి నివృత్తి చేసుకు న్నప్పుడే సందేహము సంపూర్ణంగా నివృత్తి అవుతుంది. నివృత్తి చేసే వాణ్ణి సందేహిస్తూ, అతని వద్ద సందేహ నివృత్తి చేసుకోవడం సాధ్యమేనా?

ఎవరు అన్నం పెట్టినా ఆకలి తీరుతుంది. అమ్మ చేత్తో పెడితే, ఆకలి తీరడమే కాదు, అనిర్వచనీయ మైన ఆనందం కూడా కలుగుతుంది. సందేహాలను తీర్చ గలిగేవారు తీర్చవచ్చు. కాని, తీరిన సందేహము పై తిరిగి మరొక సందేహము తలెత్తకుండా ఉండాలన్నా, నివారింప బడిన సందేహముతో మనస్సు సంతృప్తిని పొందాలన్నా ఆచార్యుని ద్వారా సంశయ నివృత్తి జరగాలి. అప్పుడే అది సాధ్య మవుతుంది. అందుచేత, కృష్ణా! నా ఈ సంశయాన్ని నీవే తొలగించాలి అంటున్నాడు అర్జునుడు.

అంత వరకు బాగుంది. నిజమైన శిష్యునికి గురువును మించిన వారు ఎవరుంటారు? గురువు దగ్గరే సందేహాన్ని పోగొట్టు కోవాలి అని శిష్యుడు ఆశించడములో దోషం లేదు. పైగా, సంప్రదాయానికి అనుకూలం కూడా. కాకపోతే, నువ్వు తప్ప మరొకడు తొలగించ లేడు అని అర్జునుడు పలకడ మేమిటి? జ్ఞానము ఒక గురువుకే పరిమితమా? తన గురువు వద్దనే తన సందేహము తీరాలి అని శిష్యుడు భావించడంలో తప్పు లేదు. కాని, మరొకరు సందేహాన్ని నివారించ లేరు అనడమే కాస్త అర్థం చేసుకోవలసిన విషయము.

గురుదేవుడు

దైవానుగ్రహం చేత మనకు గురువు లభిస్తాడు. కాని, అర్జునుని భాగ్యంగా దేవుడే గురు రూపంలో లభించాడు. గురుగోవిందులు ఏక రూపంలో గోచరించే టప్పుడు, మరొకరిని ఆశ్రయించి సంశయ విచ్ఛేదనము చేసుకోవాలని అర్జునుడు ఎందుకు భావిస్తాడు?

జ్ఞానం కలిగిన గురువులు, ఆచార్యులు ఇహపర లోకాలలో ఎందరో ఉన్నారు కదా! వారి దగ్గర ఉన్నది కూడా అదే జ్ఞానము. జ్ఞానము ఒక్కటే అయినప్పుడు, అందరి వద్ద ఉన్నది ఒకే జ్ఞాన మైనపుడు, అన్యులు తీర్చలేరు అని అర్జునుడు పలకడ మేమిటి? అనే విషయము లోనే ఇంకా స్పష్టత రావడం లేదు. అదలా ఉంచండి.

ఈ శ్లోకం మీద శ్రీ శంకరాచార్యస్వామి వారు మూడు వాక్యాలతో, రెండు పంక్తులలో వ్రాసిన భాష్యంలో ఒక వాక్యం ఇలా ఉంది. ***త్వ దన్యః త్వత్తః అన్యః ఋషిః దేవః వా, ఛేత్తా నాశయితా సంశయస్య అస్య న*** - నువ్వు తప్ప, నీ కన్నా అన్యమైన ఋషి గాని, దేవత గాని మరెవ్వరూ ఈ సందేహాన్ని తొలగించడం కుదరదు... అందుచేత నువ్వే నివృత్తి చేయాలి అని ఉంది.

అహ మాదిర్హి దేవానాం మహర్షీణాంచ సర్వశః

దేవతలకు, మహర్షులకు నేను అన్ని విధాల మూలమై ఉన్నాను అన్నాడు గీతలో భగవానుడు. కనుక, దేవతల కన్నా, ఋషుల కన్నా సంశయ నివృత్తికి పరమేశ్వరుడే సమర్థు డని అర్జునుడు భావిస్తున్నాడు.

అర్జునా! అవ్యయ మైన ఈ యోగాన్ని నేనే సృష్ట్యాదిలో సూర్యుడికి బోధించాను. సూర్యుడు మనువుకు బోధిస్తే, మనువు ఇక్ష్వాకునికి బోధించాడు అంటూ జ్ఞాన పరంపరను నాల్గవ అధ్యాయం ఆరంభంలో భగవానుడే చెప్పి ఉన్నాడు. శాస్త్రాన్ని ప్రవేశ పెట్టిందే పరమేశ్వరుడు కనుక, శాస్త్రపరంగా జనించే సందేహాలను నివృత్తి చేసే సామర్థ్యము భగవంతుడికే ఉంది. దేవతలు, ఋషులు సంశయాలను నివృత్తి చేసే సమయంలో శాస్త్రం ఇలా చెప్పింది అని ప్రమాణాన్ని చూపుతారు. పరమేశ్వరుడు అలా ప్రమాణాన్ని చూపాల్సిన అవసరం లేదు. ఆయన మాటే ప్రమాణము. అందుచేతనే, భగవంతుడు తప్ప ఆయన కన్నా అన్యమైన మరొకడు సందేహాన్ని పోగొట్టే వాడు ***(ఛేత్తా)*** కాలేడు అంటున్నాడు పార్థుడు.

భగవద్గీత పద్దెనిమిదవ అధ్యాయంలో సాత్త్విక త్యాగిని గూర్చి ప్రవచిస్తూ, ఆత్మ జ్ఞానమును పొందిన జ్ఞానసిద్ధుడు **మేధావి** అని, కనుకనే సమస్త సంశయాలు తీరిన వాడై 'ఛిన్న సంశయుడు' అయ్యాడని స్వయంగా భగవంతుడే చెప్పినాడు కదా! అలాంటప్పుడు ఆత్మజ్ఞాన రూపమైన మేధస్సుతో కూడిన మేధావి ***(మేధయా ఆత్మజ్ఞాన లక్షణయా ప్రజ్ఞయా సంయుక్తః మేధావీ)*** సంశయాలను ఎందుకు నివృత్తి చేయలేడు? అలాగే, అజ్ఞానం చేత అంకురించే సందేహాల నన్నిటినీ తొలగించుకున్న ఛిన్నసంశయుడు ***(ఛిన్నః అవిద్యా కృతః సంశయః యస్య)*** జ్ఞానం లేని వారికి కలిగే సంశయాలను ఎందుకు నివృత్తి చేయలేడు? మేధావి కావడం చేతనే అతడు ఛిన్న సంశయుడు ***(మేధావీ ఛిన్న సంశయః, మేధావిత్వాత్ ఏవ ఛిన్నసంశయః).***

అభిప్రాయపడి నపుడు, దానికి భిన్నంగా పరమేశ్వరుడే సమర్థు డని అర్జునుడు వాదించడంలో ఔచిత్యం ఉందా?

మేధావీ ఛిన్న సంశయః *(18 - 10)* అని పరమేశ్వరుని మాటను అర్జునుడు కాదనడం లేదు. కాకపోతే, ఆ మేధావి మరియు ఛిన్నసంశయుడు పరమేశ్వరుడే అని విజయుని విశ్చితాభిప్రాయము. మళ్ళీ, ఇదేమిటి అంటారా?

విష్ణుసహస్రనామంలో బహు గ్రంథ ధారణ సామర్థ్యాదులు భగవంతుడికే ఉన్నాయి కనుక ఆయన **మేధావీ** అని డెబ్బై ఏడవ నామం ప్రవచిస్తూ ఉంటే, సర్వము కరతలామలకమై, సాక్షాత్కృతమై, ఏ విధమైన సంశయాలు లేనివాడై ఉన్నందున భగవానుని **ఛిన్నసంశయః** అని ఆరువందల ఇరవై మూడవ నామము నిర్ధారించింది. కనుక దేవుడే గురువు స్థానంలో నిలిచి బోధించే టప్పుడు, మరొకరిని ఆశ్రయించి, సంశయ నివృత్తి చేసుకో వలసిన అవసరం అర్జునుని కేముంది? అందుచేతనే, పరమేశ్వరు నొక్కడినే ఆశ్రయిస్తున్నాడు.

వెన్నపూస వంటి మనసున్న స్వామీ
వెంట పడితి నని మనసులో విసిగిపోకు
ఉన్నవాడివి నాకు నీవె గాదా!
నీ అడుగుల కడ పడి ఉందు చిన్నికృష్ణా!

అని చిన్నికృష్ణ శతకంలో ఒక వెన్నముద్ద.

అర్జునుని ప్రశ్నకు భగవంతుడు సమాధానం చెబుతున్నాడు.

శ్రీ భగవానువాచ :

పార్థ నైవేహ నాముత్ర వినాశ స్తస్య విద్యతే ।
న హి కల్యాణకృ త్కశ్చి ద్దుర్గతిం తాత గచ్ఛతి ॥ 40

పార్థ-న-ఏవ-ఇహ-న-అముత్ర-వినాశః-తస్య-విద్యతే
న-హి-కల్యాణకృత్-కశ్చిత్-దుర్గతిం-తాత-గచ్ఛతి

పార్థ	= అర్జునా!		
తస్య	= వానికి	తాత	= వత్సా
ఇహ	= ఈ లోకము నందు	కల్యాణకృత్	= పుణ్యాత్ముడు
వినాశః	= నాశము	కశ్చిత్	= ఎవడును
న విద్యతే ఏవ	= కలుగదు	దుర్గతిం	= చెడు గతిని
అముత్ర	= పరలోకము నందు	న గచ్ఛతి హి	= పొందడు గదా!
న	= కలుగదు		

శ్రీ భగవానుడు

చెబుతున్నాడు :

పార్థా! నువ్వు చెబుతున్న యోగభ్రష్టుడికి ఈ లోకంలో వినాశం లేదు. అలాగే పరలోకంలో కూడా అతడు నశించడు. నాయనా! మంచి చేసేవా డెవ్వడూ దుర్గతిని పొందడు.

వ్యాఖ్య

శుభారంభానికి అశుభాంతము ఉండదు. సన్మార్గ మేదైనా దుర్గతి వైపుకు నడిపించదు. నిజాయితి

నేలపై నిలబడినా నింగినే వీక్షిస్తుంది. మంచికి చెడు ఫలితం రాదు. మంచివాడు ఎప్పుడూ చెడిపోడు. మంచి మార్గంలో మంచి కనిపిస్తుందే గాని చెడు గోచరించదు.

మన కార్యాలు ప్రపంచానికి కనిపిస్తాయి. మన మనస్సును చూచే శక్తి ప్రపంచానికి లేదు. పరమేశ్వరునికే ఉంది. భగవంతుడు మన చేష్టల్ని చూస్తాడు. అలాగే చిత్తాన్ని కూడా చూస్తాడు.

మంచి చేయాలి అనుకోవడం చెడు కాదు కదా! మంచి చేయాలనుకొని చేయలేక పోవడం చెడు అవుతుందా? అశక్తతలు, అసమర్థతలు అధర్మా లనిపించు కుంటాయా? అన్యాయా లనిపించు కుంటాయా? అక్రమా లనిపించు కుంటాయా?

ప్రయత్నం మంచి దైనపుడు అశక్తత కారణంగా ఫలితం అంద నపుడు ప్రయత్నం చేసిన వాడు పతన మైనట్లు భావించాలా? సాధించలేక చతికిల పడటం అపజయ మైతే, సాధించాలనే పవిత్ర భావంతో ప్రయత్నించడం మనోజయం కాదా? సాధనలో సామర్థ్యం గోచరించ లేదని బుద్ధి లోని సాధుత్వానికి దోషం అంట గడతామా?

మన బుద్ధి లోని సంకల్పాలను చూచే పరమేశ్వరునికి మన మనోగతాలు తెలుసు. మన సామర్థ్యాలు తెలుసు. సామర్థ్య లోపం చేత సత్సంకల్పాలు సాఫల్యాన్ని పొందలేక పోతున్నా యని తెలుసు. సాధన సఫలం కాకపోవడమే కాదు, సాధనకు సఫలతను కల్పించేందుకు మనం ఎంతగా విఫల యత్నం చేశామో కూడా తెలుసు. ఇన్ని తెలిసిన దయామయునికి మనపై సానుభూతి ఉంటుందే గాని విముఖత ఉంటుందా?

శ్రద్ధ ఉండి, సామర్థ్యం లేని కారణంగా సాధకుడు ఉభయ మార్గాలలో భ్రష్టుడై పోతాడని అర్జునుడు ఆందోళన చెందుతున్నాడు. ప్రగతిని ఆశించి చేసిన ప్రయత్నానికి పతనమే ఫలమా? అని కలత చెంది కలవర పడుతున్నాడు.

ఇది కేవలం అర్జునుని అంతరంగమే కాదు. సాధకు లందరూ ఇంచుమించు ఏదో ఒక సమయంలో లేదా తరచుగా ఇలాగే ఆలోచిస్తూ ఉంటారు. నేను సమస్తాన్ని త్యజించాను. నా అనే వాళ్ళను లేకుండా చేసుకున్నాను. భోగ దృష్టి లేకుండా జీవించాను. శ్రేయోమార్గంలో నడక సాగిస్తున్నాను. నేను తరిస్తానా, అంతరిస్తానా? సద్గతిని పొందుతానా, దుర్గతి పాలౌతానా? ఈ ఆవేదన సాధన దశలో అనివార్యంగా ఉంటుంది. అర్జునునితో పాటు, ఈ విధంగా ఆలోచించే వారి నందరిని ఓదార్చుతూ, అనునయిస్తూ, ఊరటను, సంతృప్తిని ప్రసాదించే చల్లని మాటలను వినిపిస్తున్నాడు బృందావన కృష్ణచంద్రుడు.

పతనమే లేదు

అర్జునా! అతడికి వినాశమే లేదు ***(తస్య వినాశః న విద్యతే).*** అతడికి అంటే, 'మార్గద్వయం నుండి భ్రష్టు డైన వాడు, ఇహపరాలకు తగని వాడు' అని అర్జునుడు ఉదహరించిన యోగభ్రష్టునికి వినాశమే లేదు అంటూ ప్రతివచనానికి అద్భుతమైన ప్రారంభా న్నిచ్చాడు భగవంతుడు. ఎక్కడ వినాశం లేదు అని ప్రశ్నిస్తే, ఎక్కడా లేదు అని సమాధానం చెబుతున్నాడు. ఇహపరాలలో వినాశం లేదు అంటున్నాడు ***(ఇహ లోకే పరస్మిన్ లోకే తస్య వినాశః నాస్తి).*** ఉభయ భ్రష్టు డయ్యాడని పార్థుడు పరితపిస్తూ ఉంటే, అసలు భ్రష్టుడే కాడు, ఇక ఉభయ భ్రష్టు డెలా అవుతాడు? అని అర్జునుని బుద్ధిని శాంతింప చేస్తున్నాడు.

శ్రద్ధ ఉందా, లేదా?

అయతి శ్రద్ధాయుతు డని అర్జునుడే చెప్పాడు కదా! *(6 - 37).* శ్రద్ధ ఉంది అంటే శాస్త్రమే ప్రమాణం

అనే బుద్ధి స్థిరంగా ఉన్నట్లే కదా! కాకపోతే ప్రయత్నశీలత్వము లోపించింది. కనుక అయతి అయ్యాడు. అంత మాత్రం చేత బుద్ధిలో నిలిచిన జ్ఞానం అదృశ్య మవుతుందా? బుద్ధిలో శ్రద్ధ ఉంది కనుక, నేడు సామర్థ్యం లేక విఫల మైనా క్రమేణ మెల్లమెల్లగా సామర్థ్యాన్ని పెంచుకొని యతి అవుతాడు. ఇక్కడ పతన మెక్కడుంది? భ్రష్టత్వానికి చోటెక్కడుంది? శ్రద్ధ ఉండి, ప్రయత్న లోపం చేత యోగసిద్ధిని పొందలేని వాడు భ్రష్టుడు ఎప్పుడూ కాడు. ఇంకా చెప్పాలి అంటే, సామర్థ్యం ఉండి, ప్రయత్నం ఉండి శ్రద్ధ లేని వాడు భ్రష్టు డవుతాడు. నా అనుభవంలో అలా చాలా మందిని చూశాను.

అశ్రద్ధ పతన హేతువు

బాల్యము నుండి ఈ విషయంలో నేను చాలా మందిని చూశాను. కఠోర మైన సాధనలు ఆచరించిన గృహస్థుల్ని చూశాను. సమస్తాన్ని పరిత్యజించిన సాధువుల్ని చూశాను. కొంత కాలం తరువాత మార్గాన్ని విడిచి పెట్టి, తిరిగి వాళ్ళే సంసారాలలో రెండింతలుగా కూరుకు పోవడం కూడా చూశాను. వాళ్ళు అలా ఎందుకయ్యారో నాకు తెలుసు. తాత్కాలిక వైరాగ్యంతో ఆధ్యాత్మిక మార్గం లోకి వస్తారు. గురువుల్ని ఆశ్రయిస్తారు. ఆశ్రమాల చుట్టూ తిరుగుతారు. శ్రమించి సాధనలు చేస్తారు. కాని పుష్కల మైన శ్రద్ధ ***(శాస్త్రస్య గురు వాక్యస్య సత్యబుద్ధిః)*** వీరిలో లోపించి ఉంటుంది. శాస్త్ర జ్ఞానం వంట పట్టదు. శ్రద్ధ లేని కారణంగా, బుద్ధిలో శుద్ధమైన జ్ఞానం లేనందున, ఒక దశలో తీవ్ర ఆందోళనకు గురి అవుతారు. ఈ మార్గానికి వచ్చి తప్పు చేశామేమో అని కూడా ఆలోచిస్తారు. వినాశం రాబోయే ముందు బుద్ధి విపరీతం గానే ఉంటుంది కదా! అంతే, మార్గాన్ని విడిచేస్తారు. దగ్గరలో దొరకక పోయినా, దూరంగా నైనా వెళ్ళి దుమ్ము సంగ్రహించుకొని, పువ్వులు చల్లిన చేతులతో గురువుపై దుమ్మెత్తి పోస్తారు. ఇదంతా అశ్రద్ధ ప్రదర్శించే వికృత కళా విన్యాసం.

ఈ సందర్భంలో ఒక్క సత్యాన్ని జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోవాలి. శ్రద్ధ కలవాడు జ్ఞానాన్ని పొందుతాడు ***(శ్రద్ధావాన్ లభతే జ్ఞానం).*** తప్పక తరిస్తాడు. శ్రద్ధ లేనివాడు అంతరిస్తాడు. వీళ్ళిద్దరి మధ్య మరొకడు ఉన్నాడు. ఇతడు అసలే శ్రద్ధ లేనివాడు కాడు. అలాగని, పూర్ణ శ్రద్ధ కలవాడూ కాడు. అల్ప శ్రద్ధావంతుడు.

శాస్త్రాన్ని విశ్వసిస్తాడు. గురువును విశ్వసిస్తాడు. భగవంతుణ్ణి విశ్వసిస్తాడు. కాని, ఎందుకనో ప్రగతిని సాధించ లేక పోతాడు. దానికి కారణం చాలి నంత శ్రద్ధ లేకపోవడమే. నిబద్ధత లేని శ్రద్ధ. శ్రద్ధను జ్ఞానంగా మార్చుకో లేని అసమర్థత. ఇలాంటి వాళ్ళు నిరంతరం సాధనలో ఉన్నట్లే కనిపిస్తారు. కాని, సాధ్యానికి ఎప్పుడూ దూరం గానే మిగిలి పోతారు. అశక్తు లైన ఈ అల్ప శ్రద్ధావంతులు సన్యాసులలో కూడా కనిపిస్తారు.

ఆఖ్యాయిక

అర్ధరాత్రి సమయం. విమానం పోతూ ఉంది. విమానాన్ని నడుపుతున్న పైలట్, 'గమనించండి. . . గమనించండి . . . గమనించండి' అని ప్రకటన చేశాడు. నిద్ర పోతున్న ప్రయాణీకు లందరూ మేల్కొన్నారు.

'స్నేహితులారా! దారుణమైన వార్తను మీకు వినిపిస్తు న్నందుకు విచారిస్తున్నాను. మనం గొప్ప ప్రమాదంలో చిక్కుకున్నాము. ఈ పరిస్థితిలో భగవంతుడే మనల్ని రక్షించాలి. మీ రందరు మీ మీ ప్రార్థనలు చేసుకోండి' అని ప్రకటన చేశాడు పైలట్.

ఆ ప్రయాణీకులలో ఆంగ్లం తెలియని ఒక ప్రయాణీకుడు ఉన్నాడు. అతడకి 'డేంజర్' అనేది మాత్రం అర్థమైంది గాని, పైలట్ ఇంకా ఏమి ప్రకటించాడో విస్పష్టంగా తెలియలేదు.

ఆ విమానం లోనే ప్రసంగాలు చేయడానికి పరదేశాలకు వెళ్తున్న తెలుగు తెలిసిన సన్యాసి కూడా ఉన్నాడు. అతని దగ్గరికి ఈ ప్రయాణీకుడు వెళ్ళి, 'స్వామీ! ఆయన చెబుతున్న దేమిటి?' అని అడిగాడు.

'ప్రమాదంలో ఉన్నా మన్నాడు' అన్నాడు సాధువు ఉదాసీనంగా. 'అది అర్థమైంది స్వామీ! ఇంకా ఏదో చెప్పి నట్లున్నాడే!' అని తిరిగి ప్రశ్నించాడు ప్రయాణికుడు.

'బ్రతికి బయటపడే ఆశ లేదంటున్నాడు' అన్నాడు నిరాశావాదియైన ఆ సాధువు.

భగవంతుణ్ణి నమ్మండి - నమ్మండి అని బాకా ఊదే వాళ్ళను బాగా పరిశీలించి చూస్తే, వాళ్ళలో ఎక్కువ శాతం నమ్మకం లేని వాళ్ళే కనిపిస్తారు. జ్ఞాన మనేది మాటలలో మడత పడేది కాదు. మనస్సులో కుదుట పడేది. శ్రద్ధ గల వారే ముక్తు లౌతారు. సంశయచిత్తులు కారు.

విమానం నడిపే పైలట్ భగవంతుణ్ణి ప్రార్థించ మని చెబుతూ ఉంటే, భగవంతుణ్ణి ప్రార్థించిన వాళ్ళు నశించరు ***(నమే భక్తః ప్రణశ్యతి)*** అని ప్రయాణికులకు ధైర్యాన్ని ఇవ్వ వలసిన సాధువు 'ఆశ లేదంటున్నాడు' అని పైలట్ అనని మాటను అన్నట్లు చెబుతున్నాడు. అశ్రద్ధావంతుడు, సంశయచిత్తుడు, జ్ఞానం విషయంలో నిబద్ధత లేనివాడు ఆపద సమయాలలో ఏడవ గలడేమో గాని, వేడుకొనే భాగ్యానికి నోచుకోడు.

ఎక్కడో లేడు దేవుడు
నీ లోనే నీకు తోడున్నాడు
భక్తి ఉంటే పలుకుతాడు
జ్ఞానము ఉంటే కనిపిస్తాడు
దయగా హృదయంలో ఉంటాడు
దారి చూపుతూ నడిపిస్తాడు
రామ రామ జయ రాజారామ్
రామ రామ జయ సీతారామ్

అని రామజోగి చిట్కా.

ఇప్పుడు అర్థమైంది కదూ! ప్రయత్నం లోపించినా శ్రద్ధావంతుడు నశించడు. శ్రద్ధ లేని వాడు ప్రయత్నించినా తరించడు. ప్రయత్నమే ముఖ్య మని భావించడం చేత అయతి నశిస్తా డని అర్జునుడు భావించాడు. శ్రద్ధ ఉంది అన్న సత్యాన్ని గ్రహించడం చేత ప్రయత్నం లోపించ వచ్చు నేమో గాని అతడు భ్రష్టుడు కాడు అంటున్నాడు భగవంతుడు.

స్వానుభవం

నేను ఎప్పుడూ జ్ఞానానికే ప్రాధాన్యత నిస్తాను. శ్రద్ధకే పెద్ద పీట వేస్తాను. నా నుండి వందల సంఖ్యలో జ్ఞానయజ్ఞాలు, వేల సంఖ్యలో ప్రవచనాలు, అసంఖ్యాకంగా రచనలు ప్రభవించడానికి ఇదే ముఖ్య కారణము. శ్రద్ధే నా బ్రతుకును బుద్ధిగా నడిపింది.

తొలి రోజుల్లో అనేక మంది ఈ మార్గం మంచిది కాదని, వెంటనే త్యజించ మని సలహా లిచ్చే వారు. వారి మాటలు నా చెవుల్లో పడేవి. కాని హృదయం లోకి జారేవి కావు. చెవుల లోనే ఆవిరై పోయేవి.

నా బుద్ధి స్థిరపడిన తరువాత జ్ఞానాన్ని సముపార్జించా లని ఎందరెందరో వస్తూ ఉంటారు. కొందరు తూర్పు నుండి ప్రవేశించి పడమర వైపు నుండి నిష్క్రమిస్తే, మరి కొందరు పశ్చిమంగా ప్రవేశించి తూర్పున నిష్క్రమిస్తూ ఉంటారు. ***సంస్కారులు వంట పట్టించుకున్నారు కనుక అంటి పెట్టుకొనే ఉన్నారు. వెంట నడుస్తూనే ఉన్నారు.*** అందరూ ఒకే విధంగా ఉండరు కదా! ఉండలేరు కూడా. కాని, నా విషయానికి వస్తే ఎవరెంతగా నూరి పోసినా, ఈ మార్గం నుండి నా మనసు విచలితం కాలేదు. ఎవరున్నా, ఎవరు లేకపోయినా, నా బుద్ధి

మాత్రం శ్రద్ధ తోనే ఉంటుంది. జ్ఞానం తోనే నిండి ఉంటుంది. ఇది నా స్వానుభవం. **శ్రద్ధావాన్ లభతే జ్ఞానం** అనే మాట, కాదు కాదు, జ్ఞానసిరుల మూట ఎవరికి వారుగా విప్పి, బ్రతుకులో దర్శించ వలసిందే గాని చెబితే అర్థమయ్యేది కాదు.

కళ్యాణ పథం

కళ్యాణం అంటే శుభం, మంగళం అని అర్థము. **కళ్యాణకృత్** అంటే శుభకర మైన కర్మలను చేసే వాడు, మంగళకర మైన భావాలతో జీవించే వాడు అని భావం. అలాంటి వానికి అశుభం జరగదు. అమంగళం ప్రతిహత మవుతుంది. అలాంటి వ్యక్తికి సద్గతే గాని దుర్గతి ప్రాప్తించదు. వేడు శ్రద్ధ ఉండినా ప్రయత్న లోపం చేత ప్రగతి సిద్ధించక పోవచ్చు. కాని, అంతర్యంలో ప్రగతి బీజాలు పసి వాడకుండా ఉన్నాయి. ఏదో ఒకనాడు అంకురించి, పుష్పించి, ఫలించి మోక్ష ఫలాన్ని తప్పక ప్రసాదిస్తాయి. ఇదంతా కళ్యాణ పథంలో అంటే మోక్ష మార్గంలో పయనించడం వల్లనే సాధ్య మవుతూ ఉంది. ఇది మంగళకర మైన బాట. ఈ బాటలో నడచే వారు మంగళ స్వరూపు లవుతారు. బ్రహ్మము మంగళం కనుక బ్రహ్మమును పొందే వారు మంగళ స్వరూపులే అవుతారు.

అతి కల్యాణ రూపత్వాత్ నిత్య కల్యాణ సంశ్రయాత్ ,
స్మర్తౄణాం వరదత్వా చ్చ బ్రహ్మ తన్మంగళం విదుః ॥

బ్రహ్మ స్వరూపము కళ్యాణమయం. నిత్య కళ్యాణానికి ఆశ్రయము. స్మరించు వారికి వరప్రదావ స్థానము. అందుచేత బ్రహ్మము మంగళకరము.

అనునయం

అర్జునుని మనస్సు లోని సందేహాన్ని తొలగించి, హృదయాన్ని ఊరడించి, ఆశా లతలను పూయించి, ప్రేమతో అర్జునుని 'తాత' అని సంబోధించాడు భగవంతుడు. 'తాత' అంటే తండ్రి అని అర్థము. అలాగే కుమారుడు అని కూడా అర్థం.

తనోతి ఆత్మానం పుత్ర రూపేణ ఇతి పితా తాతః - తనను కుమారుని రూపంలో వ్యుత్పత్తి చేస్తాడు కనుక ***తాతః*** అంటే తండ్రి అని అర్థం. ***ఆత్మ వై పుత్ర నామాసి -*** తండ్రియే కుమారుడుగా పుట్టడం చేత ***తాతః*** అంటే పుత్రుడు అని కూడా అర్థం. కనుకనే మనకు జన్మ నిచ్చిన పితను తండ్రీ! అని పిలుస్తాము. అలాగే మనము జన్మ నిచ్చిన పుత్రుని కూడా తండ్రీ! అని పిలవడం వాడుకలో ఉంది. తెలుగు భాషలో అయితే, నాయనా! అని అందంగా పిలుస్తారు. తండ్రిని నాయనా! అంటాము. కుమారుణ్ణి కూడా నాయనా! అంటాము. మీరు పరిశీలించి చూస్తే, పదం ఒక్కటే అయినా, తండ్రిని కుమారుడు నాయనా అని సంబోధించి నపుడు ఆ శబ్దంలో గౌరవ భావం తొణికిస లాడుతుంది. అలాగే పుత్రుణ్ణి తండ్రి నాయనా అని పిలిచి నపుడు, ఆ పిలుపులో వాత్సల్య భావం ఉట్టి పడుతుంది. ఇదంతా ఆంధ్ర భాషా వైభవం.

తండ్రిని, కుమారుణ్ణి ఇద్దరిని తాత అనడం సంస్కృతములో చూశాం. కాని, గురువు శిష్యుణ్ణి కూడా తాత అని పిలుస్తాడు. వాస్తవానికి శిష్యుడు గురువు గారికి పుత్రుడు కాకపోయినా, పుత్రుని వంటి వాడు కనుక తాత! అని పిలుస్తారు ***(శిష్యోఽపి పుత్రవత్ ఇతి అపుత్రోఽపి తాతః ఉచ్యతే).*** చాలా మంది గురువులు గురు బిడ్డలైన శిష్యుల్ని నాయనా! అని పిలవడం ఆంధ్రదేశం లోని గురుకులాలలో కూడా మనం వింటూ ఉంటాం. ఆ భావం తోనే ఇక్కడ ఆచార్యుడైన శ్రీకృష్ణుడు శిష్యుడైన అర్జునుని తాత! అని సంబోధించడం జరిగింది.

సరే. శ్రద్ధావంతుడైన అయతికి దుర్గతి లేదు అనేది అర్థమైంది. మరి ఏముంటుంది? సద్గతి ఉంటుంది. అదే చెబుతున్నాడు.

ప్రాప్య పుణ్యకృతాం లోకా నుషిత్వా శాశ్వతీః సమాః ।
శుచీనాం శ్రీమతాం గేహే యోగభ్రష్టోఽభిజాయతే ॥ 41

ప్రాప్య-పుణ్యకృతాం-లోకాన్-ఉషిత్వా-శాశ్వతీః-సమాః
శుచీనాం-శ్రీమతాం-గేహే-యోగభ్రష్టః-అభిజాయతే

యోగభ్రష్టః	=	యోగభ్రష్టుడు	ఉషిత్వా	=	ఉండి
పుణ్యకృతాం	=	పుణ్యాత్ముల	శుచీనాం	=	సదాచార వంతులైన
లోకాన్	=	లోకములను	శ్రీమతాం	=	సంపన్నులైన
ప్రాప్య	=	పొంది	గేహే	=	గృహము నందు
శాశ్వతీః	=	అనేకములైన	అభిజాయతే	=	పుడుతున్నాడు
సమాః	=	ఏండ్లు			

అర్జునా! యోగభ్రష్టుడు మరణించిన తరువాత పుణ్యాత్ములు ఉండే లోకాలకు పోతాడు. కొన్ని సంవత్సరాలు అక్కడే ఉంటాడు. ఆ తరువాత పవిత్రులైన శ్రీమంతుల ఇంటిలో పుడుతాడు.

వ్యాఖ్య

శ్రద్ధ ఉండి కూడా ప్రయత్నం దృఢంగా లేని కారణంగా యోగసిద్ధిని పొందని వాడు ఇహపరాలను పోగొట్టుకొని ఉభయ భ్రష్టుడయ్యా డని అర్జునుడు అభిప్రాయ పడ్డాడు. ఈ అభిప్రాయంతో విభేదిస్తూ, అతడు ఉభయ భ్రష్టుడు కాలేదని, ఇహపరాలలో అతనికి దుర్గతి లేదని భగవంతుడు తేల్చి చెప్పేశాడు. సరే, దుర్గతి లేకపోవచ్చు. మరి, మరణానంతరము అతడు ఏమౌతాడు? అనేది మాత్రం ప్రశ్నార్థకం గానే మిగిలి ఉంది. దానికి సమాధానమే ఈ ప్రస్తుత శ్లోకం. యోగభ్రష్టుడు దుర్గతిని పొందడు సరి కదా, సద్గతిని పొందుతాడు అని చెబుతున్నాడు. అతడు ఇహపరాలలో పొందే వాడే గాని పోగొట్టుకొనే వాడు కాడు అని చెప్పడానికి **ప్రాప్య** - పొందడము అనే పదంతో శ్లోకాన్ని ప్రారంభిస్తున్నాడు.

మరణించిన తరువాత యోగభ్రష్టుడు ***(యోగభ్రష్టః)*** పుణ్యకర్మల నాచరించిన వారు పొందిన లోకాలను పొంది ***(పుణ్యకృతాన్ లోకాన్ ప్రాప్య)***. అక్కడ చాలా సంవత్సరాలు సుఖంగా ఉండి ***(శాశ్వతీః సమాః ఉషిత్వా)***. సుఖ భోగాలను అనుభవించిన తరువాత ***(తద్భోగ క్షయే)*** సదాచారవంతు లైన సంపన్నుల ఇంటిలో ***(శుచీనామ్ శ్రీమతాం గేహే)*** పుడతాడు ***(అభిజాయతే)***.

శ్రద్ధావంతుడైన అయతి ఇహపరాలలో భ్రష్టుడు కాలేదని, అతనికి దుర్గతి లేదని పూర్వ శ్లోకం లోనే నిర్ణయించిన భగవానుడు, ప్రస్తుత శ్లోకంలో యోగభ్రష్టుడు అని తానే అంటున్నాడు అనే ఆలోచన మనకు రావచ్చు. భగవంతుని దృష్టిలో అతడు యోగభ్రష్టుడు కాడు. అర్జునుని దృక్పథం అలా ఉంది కనుక, అర్జునునికి అర్థం కావడానికి యోగభ్రష్టుడు అని భగవంతుడు పేర్కొన్నాడు. అంతే.

పరలోక ప్రాభవము

యోగసిద్ధుడు కాకుండా మరణించిన యోగభ్రష్టుడు మరణానంతరము పుణ్య లోకాలను చేరుతాడు. పుణ్య లోకాలు అంటే, పుణ్యం చేసిన వారు మరణానంతరము పొందే లోకాలు. ధర్మాత్ములకు ప్రాప్తించే లోకాలు. అశ్వమేధము మొదలైన యాగాలు చేసిన వారు పొందే లోకాలు ***(అశ్వ మేధాది యాజినాం లోకాన్)***.

శుభకర మైన కర్మను ఆచరించిన వారికి దుర్గతి ఉండదు అని పరమేశ్వరుడు చెప్పింది బుజువైంది. యోగభ్రష్టుడు పూర్ణ యోగ సిద్ధిని పొందలేక పోయినా, ఏదో చేసినంత వరకు ఫలితాన్ని పొందుతున్నాడే గాని ఏదీ నష్ట పోలేదు. యోగం ఫలప్రదమే గాని ఎప్పుడు నిష్ఫలం కాదు. **స్వల్ప మప్యస్య ధర్మస్య త్రాయతే మహతో భయాత్** - యోగధర్మమును స్వల్పంగా ఆచరించినా అది మహాభయం నుండి రక్షిస్తుంది అని రెండవ అధ్యాయంలో భగవంతుడు చెప్పిన అమృత వాక్కు అక్షరసత్య మైంది.

ప్రయత్న లోపం చేత యోగాన్ని పూర్ణంగా అభ్యసించలేక పోయినా, ఆ మాత్రం ప్రయత్నమును శ్రద్ధ కలిగి ఆచరించి నందుకు ఫలితంగా యోగభ్రష్టుడు అశ్వమేధాది యాగాలు చేసిన పుణ్యాత్ములు పొందిన పుణ్య లోకాలను సమంగా పొందినాడు అంటే, ధ్యాన జీవనము ఎంత మహత్తర మైందో ఊహించుకో వచ్చు. ఇదంతా యోగభ్రష్టునికి పరలోకంలో ప్రాప్తించిన ప్రాభవమే కదా! పుణ్య లోకాలలో ఉన్నంత కాలము **(ఉషిత్వా వాసమ్ అనుభూయ)** అక్కడ ఉన్నవారు పుణ్యాత్ములే కనుక వారి సత్సంగము ప్రాప్తించింది కదా! ఇక పరములో నష్ట పోయింది ఏముంది? జీవించి ఉన్నప్పుడు ఆచరించిందే మరణానంతరము కూడా ఆచరిస్తున్నాడు. ప్రదేశం మారిందే గాని ప్రవృత్తిలో మార్పు లేదు. చూశారా! అంతంత మాత్రం సాగిన ధ్యాన యోగానికే ఇంతింత ఫలం ఉంది.

ఇహలోక వైభవము

పుణ్య లోకాలలో వసించిన తరువాత యోగభ్రష్టుడు మళ్ళీ మహిలో జన్మిస్తాడు. అంతేకాదు, మహిమతో జన్మిస్తాడు. సదాచార సంపన్నులు **(శుచీనామ్)**, శ్రీమంతులు **(శ్రీమతామ్)** వసించే ఇంటిలో పుడతాడు.

సామర్థ్య లోపం చేత యోగాన్ని పూర్ణంగా ఆచరించలేక పోయినా మరణానంతరము పుణ్య లోకాలలో సత్సంగ లాభాన్ని పొంది, యోగస్మరణ తోనే జీవించి, ఆ తరువాత జన్మ నెత్తి, అదే సాధనమ కొనసాగించ డానికి అనువైన చోట జన్మిస్తాడు. అనుకూల మైన పరిసరాలు కలిగిన వాతావరణంలో పుడతాడు. పుణ్య లోకాలలో పుణ్యాత్ముల సాంగత్యాన్ని పొంది యోగ స్మరణం లోనే జీవించిన యోగభ్రష్టుడు, తిరిగి జన్మించిన తరువాత సదాచారవంతుల సహచర్యాన్ని పొంది యోగాభ్యాసం చేత యోగ సామర్థ్యాన్ని పెంచుకొని సిద్ధయోగి అవుతాడు.

వివేకము - విత్తము

సదాచారవంతులు **(శుచీనాం)**, భాగ్యవంతులు **(శ్రీమతాం)** వసించే ఇంటిలో పుడతాడు. విత్తము మాత్రమే ఉండి, వివేక శూన్యులుగా ఉన్న వారింట్లో పుడితే, విత్తాన్ని చూచి చిత్తం మత్తెక్కి భోగాలకు, విలాసాలకు అలవాటు పడి పాడై పోవచ్చు. దారి తప్పి నడక సాగించ వచ్చు. అందుచేత సదాచారవంతు లైన వివేకము గల వారు నివసించే ఇంటిలో పుడతాడు.

కేవలం సదాచారమే సర్వంగా పొంది, భాగ్యాలు లేకుండా దారిద్ర్యముతో అలమటించే వారి ఇంటిలో పుడితే, కాల మంతా కష్టించి పొట్ట నింపుకోవడానికే సరి పోతుంది. యోగాభ్యాసానికి అవకాశమే లేకపోవచ్చు. దాని ప్రభావం చేత గత జన్మలో సామర్థ్య లోపం వల్ల యోగభ్రష్టు డైనట్లు, ఈ జన్మలో కూడా యోగ భ్రష్టుత్వం ప్రాప్తించ వచ్చు. అలా కాక, ఇటు వివేకము, అటు విత్తము రెండు సమృద్ధిగా ఉన్న ఇంటిలో జన్మిస్తే, యోగాభ్యాసాన్ని కొనసాగించి ఫలమును సిద్ధింప చేసుకోవచ్చు. ఇక్కడ శుచి అంటే, కేవలం మడి కట్టుకొని తడి బట్టలతో వంటలు చేయడమే కాదు. అంతరంగం కూడా శుద్ధి పడిన వారు అని అర్థము. శుద్ధ బుద్ధి కలిగిన పరిశుద్ధ మైన ఆచారవంతులు అని భావము.

శౌచం తు ద్వివిధాం ప్రోక్తం బాహ్య మాభ్యంతరం తథా ।
మృజ్జలాభ్యాం స్మృతం బాహ్యం భావ శుద్ధి స్తథాఽ న్తరమ్ ॥

శుచి అనేది రెండు విధాలుగా చెప్పబడింది. ఒకటి బాహ్యము. రెండవది అంతరము. జల మృత్తికాదుల ద్వారా జరిగే శుద్ధి బాహ్యము. మనస్సు లోని భావశుద్ధి అంతరము.

ఉభయ శౌచం కలిగిన భాగ్యవంతుల ఇంటిలో పుట్టడం చేత యోగభ్రష్టుడు యోగాభ్యాసాన్ని నిరభ్యంతరంగా కొనసాగిస్తాడు. ఈ విధంగా యోగభ్రష్టుడు ఇహపరాలలో దివ్యమైన జీవనాన్నే కొనసాగిస్తాడు. ఇదంతా ధ్యాన వైభవము. చేయ వలసింది ఎంతో ఉన్నా, కొంత చేసి నందుకే ఇంత ఫలం ప్రాప్తించింది. ధ్యానయోగి ధన్యజీవి.

ఇలా యోగభ్రష్టుడు పుట్టవచ్చు. లేదా, మరో విధంగా పుట్టవచ్చు. అదేమిటో చెబుతున్నాడు.

అథవా యోగినా మేవ కులే భవతి ధీమతామ్ ।
ఏతద్ధి దుర్లభతరం లోకే జన్మ య దీదృశమ్ ॥ 42

అథవా-యోగినాం-ఏవ-కులే-భవతి-ధీమతాం
ఏతత్-హి-దుర్లభతరం-లోకే-జన్మ-యత్-ఈదృశం

అథవా	=	లేక	ఈదృశం	=	ఇట్టి
ధీమతాం	=	జ్ఞానవంతులైన	జన్మ	=	పుట్టుక
యోగినాం	=	యోగుల యొక్క	యత్	=	ఏది గలదో
కులే ఏవ	=	కుల మందే	ఏతత్	=	ఇట్టిది
భవతి	=	పుడుతున్నాడు	దుర్లభతరం హి	=	మిక్కిలి దుర్లభము గదా!
లోకే	=	లోకము నందు			

అర్జునా! యోగభ్రష్టుడు జ్ఞానవంతు లైన యోగుల వంశంలో కూడా పుట్టవచ్చు. ఇలాంటి జన్మ మహా దుర్లభం కదా!

వ్యాఖ్య

యోగభ్రష్టుడు మరణానంతరము పుణ్య లోకాలలో వసించి, ఆ తరువాత సదాచారవంతు లైన శ్రీమంతుల ఇంటిలో పుడుతాడు అని పూర్వ శ్లోకంలో తెలుసుకున్నాం. పుట్టడం ఎందుకు? జీవించడానికి. ఇక్కడ జీవనము యోగభ్రష్టునికి సంబంధించింది కావడం చేత సామాన్యంగా జీవించడం కాకుండా, గత జన్మలో సామర్థ్య లోపం వల్ల ఆచరించ లేక విడిచి పెట్టిన దానిని తిరిగి ప్రారంభించి జీవించడ మని అర్థము. ప్రతిబంధకాలు లేని పరిస్థితు లైతే సాధన నిరంతరాయంగా సాగుతుంది కనుక, సదాచారవంతు లైన శ్రీమంతుల ఇంటిలో పుట్టడం జరిగింది.

యోగభ్రష్టుడు మరణించి పుణ్య లోకాలలో వసించాడు. తిరిగి శ్రీమంతుల గృహంలో జన్మించాడు. పుణ్య లోకాలలో దుఃఖం లేదు కనుక సుఖంగా యోగస్మరణతో గడిపాడు. శ్రీమంతుల గృహంలో దారిద్ర్య ముండదు, పైగా సదాచారం ఉన్నందున యోగాభ్యాసానికి అవరోధా లుండవు.

యోగ సంప్రదాయము

సదాచారవంతులైన భాగ్యవంతుల ఇంటిలో పుట్టడం కంటే, సంప్రదాయపరు లైన యోగుల ఇంటిలో పుట్టడం దుర్లభం అంటున్నాడు.

సదాచారవంతుల ఇంటిలో పుడితే, తన యోగాభ్యాసానికి అంతరాయం ఉండదు. సాధన సుఖంగా సాగుతుంది. కాని, సంప్రదాయపరు లైన యోగుల కుటుంబములో పుడితే సాధన సుఖంగా సాగడమే గాక, క్షేమంగా శ్రేయో మార్గంలో నడుస్తుంది.

ప్రస్తుత శ్లోకం లోని కుటుంబీకులు కేవలం సదాచారవంతులే కారు. ధీమంతులు. అంటే బుద్ధిమంతులు ***(ధీమతామ్ బుద్ధిమతామ్).*** జ్ఞానం కలిగిన వారు. తాము పొంద వలసింది ఏమిటో దానికి సంబంధించిన జ్ఞానం కలవారు కనుక బుద్ధిమంతులు. దానిని ఎలా ఆచరించాలో తెలిసిన వారు కావడం చేత యోగులు. యోగభ్రష్టుడు ఏ మార్గంలో చరిస్తున్నాడో, అదే మార్గంలో ఔన్నత్యంతో చరించే వారు. అలాంటి వారి మధ్య ఉండి సాధన చేయడం అనేది అగ్నికి ఆజ్యము తోడైనట్లే ఉంటుంది. సువర్ణానికి సుగంధము అబ్బినట్లే ఉంటుంది. ముత్యాన్ని పాలతో కడిగినట్లే ఉంటుంది.

పూర్వ శ్లోకంలో శ్రీమంతులు. ప్రస్తుత శ్లోకంలో ధీమంతులు. గడచిన శ్లోకంలో సదాచారవంతులు. ప్రస్తుత శ్లోకంలో సర్వాత్మ భావానికి యత్నించే యోగసాధకులు. కనుక శుచిర్భూతులు. శ్రీమంతుల ఇంటిలో పుట్టడం కన్నా, ధీమంతులైన యోగుల ఇంటిలో పుట్టడం దుర్లభతరం. తరతమ భేదాలను బట్టి, ఎక్కడ పుడితే సాధన శ్రేష్ఠతరంగా ఉంటుందో అది శ్రేయస్కరము. అందరూ యోగభ్రష్టులే అయినా, వారి లోని సాధన తీవ్రతను బట్టి ఆయా చోట్ల జన్మించడం జరుగుతుంది.

ధీమంతు లైన యోగుల కులంలో జన్మించడం ఎందుచేత దుర్లభతరమో తరువాత శ్లోకంలో కూడా చెబుతున్నాడు.

తత్ర తం బుద్ధిసంయోగం లభతే పౌర్వదేహికమ్ ।
యతతే చ తతో భూయః సంసిద్ధౌ కురునన్దన ॥ 43

తత్ర-తం-బుద్ధి సంయోగం-లభతే-పౌర్వదేహికం
యతతే-చ-తతః-భూయః-సంసిద్ధౌ-కురునందన

కురునందన	=	అర్జునా!	లభతే	=	పొందుచున్నాడు
తత్ర	=	ఆ యోగికులము నందు	తతః	=	ఆ సంస్కారము వలన
పౌర్వదేహికం	=	పూర్వ దేహ సంబంధమైన	భూయః	=	మరల
తం	=	ఆ	సంసిద్ధౌ	=	ఆత్మయోగ సిద్ధి కొరకు
బుద్ధి సంయోగం	=	బుద్ధి సంయోగమును	యతతే చ	=	ప్రయత్నించు చున్నాడు

కురునందనా! అర్జునా! ధీమంతులు, యోగుల మధ్య జన్మించిన యోగభ్రష్టుడు, పూర్వజన్మకు సంబంధించిన బుద్ధితో సంపర్కాన్ని పొందుతాడు. ఆ తరువాత, సంపూర్ణ యోగసిద్ధికై మరల తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తాడు.

వ్యాఖ్య

యోగభ్రష్టుని ప్రయాణము నిదానంగా సాగినా ప్రధాన రహదారి నుండి వేరు పడలేదు. ఏది పరమ పురుషార్థమో, ఏది జీవుల ఏకైక గమ్యమో తెలియక ఎన్నో జన్మలు వృథా అయ్యాయి. తెలిసిన తరువాత దారిలో పడి సాధనలో పయనించినా, ప్రయత్న లోపం చేత, యోగ భ్రష్టత్వంతో మరి కొన్ని జన్మలు గడిచాయి. ప్రయత్నశీలురు పతన మెరుగరు కదా! యోగభ్రష్టత్వంలో కూడా ఏ ప్రయత్నమూ వృథా కాలేదు. సాగించిన ప్రయత్నాలు, కొనసాగించిన సాధనలు మృత్యువుతో నశించడం లేదు. శ్మశానంలో కాలి పోవడం లేదు.

మరుజన్మకు కలిపి వస్తున్నాయి. తోడుగా ఉండి నడిపిస్తున్నాయి. అందుకే ధ్యానసాధన ధన్యసాధనగా కీర్తింప బడింది.

బుద్ధి సంయోగం

పుణ్య లోకాల నుండి తిరిగి జన్మించిన తరువాత యోగ(భ్రష్టుడు ఆ జన్మలో ***(తత్ర)*** పూర్వ దేహానికి సంబంధించిన, అంటే పూర్వజన్మ లోని దేహానికి సంబంధించిన బుద్ధితో సంపర్కమును పొందుతాడు ***(పౌర్వ దేహికమ్ తమ్ బుద్ధి సంయోగం లభతే).*** ఇదే బుద్ధి సంయోగము. వెనుకటి జన్మ లోని బుద్ధితో, అంటే బుద్ధి లోని సంస్కారాలతో సంపర్కమును పొందడమే బుద్ధి సంయోగము ***(బుద్ధ్యా సంయోగం బుద్ధి సంయోగం).***

ఒక కవి కావ్య రచన చేస్తూ ఉంటాడు. రోజంతా వ్రాస్తాడు. రాత్రి అవుతుంది. పడుకొని విశ్రాంతి తీసుకుంటాడు. నిద్రలో అందమైన స్వప్నాన్ని చూస్తాడు. ఉదయం నిద్ర లేచిన తరువాత, నిద్ర లోని స్వప్నానుభవాన్ని మరచి, కావ్యాన్ని నిన్న ఎక్కడైతే విడిచిపెట్టి నిద్రించాడో, ఆ విషయాన్ని, తత్సంబంధ మైన భావాలను తిరిగి అందుకొని కావ్యాన్ని మళ్ళీ నడుపుకుంటూ రచనలో ముందుకు పోతాడు.

యోగ(భ్రష్టుని పరిస్థితి కూడా అంతే. గత జన్మలో యోగాన్ని విడిచిపెట్టి మరణించి, పుణ్య లోకాలలో పుణ్య ఫలాలను అనుభవించి, తిరిగి ఇక్కడ జన్మించిన తరువాత పుణ్య లోక ఫలాలను మరచి, పూర్వ జన్మలో యోగాన్ని ఎక్కడైతే విడిచిపెట్టి మరణించాడో, ఆ యోగబుద్ధిని, తత్సంబంధ మైన సంస్కారాలను తిరిగి అందుకొని మళ్ళీ యోగాన్ని రెట్టించిన ఉత్సాహంతో కొనసాగిస్తాడు.

పూర్వజన్మ లోని శ్రవణ జనిత సంస్కారము ఉండటం చేత, ప్రస్తుత జన్మలో శ్రవణాదికాలకు ఎక్కువగా శ్రమించకుండానే యోగాభ్యాసాన్ని కొనసాగిస్తాడు. కొద్ది పాటి ఉపదేశం ఉంటే చాలు. పూర్వ సంస్కారం దివ్యంగా సహకరిస్తుంది.

ప్రగాఢ ప్రజ్వలనము

పవిత్ర కార్యాలను ఆవిష్కరించే సందర్భాలలో జ్యోతి ప్రజ్వలనం చేయడం సంప్రదాయము. నూనెలో తడిపిన వత్తిని దీప స్తంభము నందు ఉంచి జ్యోతి ప్రజ్వలనం చేస్తారు. వత్తి అగ్ని నంటుకొని ప్రకాశించడానికి కొంత సమయం పడుతుంది. సమయాభావాన్ని గుర్తించి కార్యకర్తలు, ఆ నూనె వత్తికి చివర కర్పూరాన్ని అద్దుతారు. అంతే. దీప ప్రజ్వలనము క్షణాల్లో దివ్యంగా జరిగి పోతుంది. ఆ జ్వాలకు వత్తి అంటుకొని, ఆ తరువాత నిరంతరాయంగా ప్రకాశిస్తూ ఉంటుంది.

కర్పూరమును తడపక పోయినా వత్తి జ్వలిస్తుంది. కాని, కర్పూరాన్ని తాపడం చేత శీఘ్రంగా జ్వలిస్తుంది. అలాగే యోగ(భ్రష్టుడు బుద్ధి సంయోగం చేత సాధనను తప్పక సాగిస్తాడు. కాని శుచిర్భూతు లైన శ్రీమంతుల లేదా బుద్ధిమంతు లైన యోగుల కుటుంబాలలో జన్మించడము చేత సాధన కాలహరణం లేకుండా శీఘ్రంగా వేగాన్ని పుంజు కుంటుంది. యోగవాసిష్ఠములో మహర్షి వసిష్ఠుడు కూడా ఈ విషయాన్ని గీత లాగే ప్రస్తావించాడు.

శుచీనాం శ్రీమతాం గేహే గుప్తే గుణవతాం సతామ్ ।
జనిత్వా యోగ మేవైతే సేవన్తే యోగవాసితాః ॥

తత్ర ప్రాగ్భవనాభ్యస్తం యోగభూమి క్రమం బుధాః ।
దృష్ట్వా పరిపత న్త్యుచ్చై రుత్తరం భూమికా క్రమమ్ ॥

శుచుల, శ్రీమంతుల, గుణవంతుల, సాధువుల గృహాలలో జన్మించి, పూర్వ యోగవాసన చేత యోగమును అనుష్ఠిస్తారు. పూర్వ జన్మములో అనుష్ఠించిన యోగాభ్యాస క్రమమును తెలిసి, దానినే పరిణతితో ఆచరిస్తూ పోతారు అని యోగవాసిష్ఠము.

కురునందన సంబోధము

ప్రస్తుత శ్లోకంలో అర్జునుని కురునందనా! అని సంబోధించాడు భగవంతుడు. **నందయతీతి నందనమ్** - నందనము అంటే సంతోషింప చేసేది అని అర్థము. నందనుడు అంటే కుమారుడు. కురునందనుడు అంటే, కురువంశమును ఆనందింప చేసే వాడు అని ఒక అర్థము. కురువంశమున పుట్టిన వాడు, కుమారుడు అని మరొక అర్థము.

కురు అంటే ఆచరించు అని అర్థము. **యోగస్థః కురు కర్మాణి** *(2 - 48)* యోగస్థుడవై కర్మలను ఆచరించు అని రెండవ అధ్యాయం లోనే భగవంతుడు ఉపదేశించాడు కదా! యోగ(భ్రష్టుడు యోగుల, ధీమంతుల ఇండ్లలో పుట్టినట్లు, అర్జునుడు కురువంశములో జన్మించడం ఎంతో అనుకూలం కదా! సంస్కారాలు జన్మాంతరాలలో కలిసి నడుస్తాయి అనడంలో సంశయ మెక్కడుంది? యుద్ధం చేయడానికి నడుం బిగించి కురుక్షేత్ర రణరంగంలో కాలిడిన అర్జునునిలో తాత్త్విక మీమాంస తలెత్తిం దంటే అది సంస్కారం కాక మరేమిటి? జన్మాంతరాలలో సంస్కారాలే ప్రధాన భూమికను పోషిస్తాయి. యోగ(భ్రష్టునిలో అవి మరీ స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి.

యోగ వైభవాన్ని తరువాత శ్లోకంలో వర్ణిస్తున్నాడు.

పూర్వాభ్యాసేన తేనైవ హ్రియతే హ్యవశోఽపి సః ।
జిజ్ఞాసు రపి యోగస్య శబ్దబ్ర హ్మాతివర్తతే ॥ 44

పూర్వాభ్యాసేన-తేన-ఏవ-హ్రియతే-హి-అవశః-అపి-సః
జిజ్ఞాసుః-అపి-యోగస్య-శబ్దబ్రహ్మ-అతివర్తతే

సః	= వాడు	యోగస్య	= యోగమును
అవశః అపి	= ప్రయత్నము లేకున్నను	జిజ్ఞాసుః అపి	= తెలియ కోరువాడు కూడా
తేన	= ఆ	శబ్దబ్రహ్మ	= శబ్దబ్రహ్మమును
పూర్వాభ్యాసేన ఏవ	= పూర్వాభ్యాసము చేతనే	అతివర్తతే హి	= అతిక్రమించు చున్నాడు గదా
హ్రియతే	= ఆకర్షింప బడుతున్నాడు		

అర్జునా! యోగభ్రష్టుడు తానుగా ప్రయత్నించక పోయినా, పూర్వజన్మ లోని అభ్యాస బలం చేత యోగం వైపుకు లాగబడతాడు. యోగాన్ని తెలుసుకోవాలనే కోరిక కలవాడు కూడా వేదం లోని కర్మ మార్గాన్ని దాటి పోతాడు.

వ్యాఖ్య

జ్ఞాపకాలు మసకబారి పోతాయి. స్మృతులు మసకబారి మనస్సు లోనే ఉంటాయి. జ్ఞాపకాలకు, స్మృతులకు ఇదే తేడా. స్మృతులు అనేవి గతానికి సంబంధించి ఉంటాయి. చిత్తంలో చెదరకుండా ఉంటాయి. మనకు తెలియకుండా నిగూఢంగా ఉండే స్మృతులు మన ప్రమేయం లేకుండానే మనల్ని నడిపిస్తాయి.

మనందరికి పూర్వాభ్యాసాలు ఎన్నో ఉంటాయి. ఉన్నాయి. పూర్వాభ్యాసాలు అంటే పూర్వ జన్మలో చేసిన అభ్యాసాలు ***(యః పూర్వ జన్మని కృతః అభ్యాసః సః పూర్వాభ్యాసః).*** మనం గత జన్మలలో ఏవేవో చేశాము.

మరేవేవో చూశాము. అవన్నీ మనకు జ్ఞాపకం లేవు. అవి మనకు జ్ఞాపకం లేకపోయినా, వాటికి సంబంధించిన సంస్కారాలు, లేదా వాసనలు చిత్తంలో నిగూఢంగా, అవ్యక్తంగా ఉంటాయి. అవే స్మృతులు.

స్మృతులు మన వశంలో లేకపోయినా, మనం స్మృతులకు వశపడి ఉంటాము. సంస్కారాల చేత మనకు తెలియకుండానే బద్ధులమై ఉంటాము. అందుచేత, మనకు ఇష్టం లేకపోయినా, బలవంతంగా కొన్నిటిని ఆచరిస్తూ ఉంటాము. దీనిని శాస్త్రంలో 'తృణ జలూకా న్యాయం' అంటారు.

పూర్వాభ్యాసం చేత మన ప్రయత్నం లేకుండానే కొన్నిటిని ఆచరిస్తూ ఉంటాము. దీనినే వేదంలో 'తృణ జలూకా న్యాయం' అన్నారు. 'జలూకా' అంటే సంస్కృతములో జలగ అని అర్థము. 'తృణము' అంటే గడ్డిపోచ. గడ్డిపోచను పట్టుకొని జలగ ముందుకు సాగుతూ ఉంటుంది. ఒక సమయాన ముందున్న తృణమును పట్టుకొని వెనుక పట్టుకున్న తృణమును విడిచి పెడుతుంది. ఇదే 'తృణ జలూకా న్యాయం'. ముందున్న తృణాన్ని జలగ ఎందుకు పట్టుకుంది? అంటే, పూర్వాభ్యాసము చేత అని అర్థము.

ఇష్టం లేని పనిని ఎవ్వరూ చేయరు. ఇష్టం లేకపోయినా చేశాము అంటే, వాస్తవానికి అది ఇష్ట మైనదే. కాని, అలాగని మనకు తెలియనిది. నేడు ఆ కార్యము మనకు ఇష్టము లేకపోవచ్చు. గతంలో ఆ కార్యాన్ని మనమే ఇష్టపడి చేసి ఉన్నాము. తత్సంబంధ మైన సంస్కారాలు స్మృతుల రూపంలో చిత్తంలో ఉన్నాయి. అవి ప్రేరేపించి నపుడు ఇష్టం లేకున్నా మనం ఆ కార్యాలనే అవశులమై ఆచరిస్తాము ***(పూర్వాభ్యాసేన ఏవ బలవంతా హ్రియతే హి యస్మాత్, అవశః అపి).*** తన వశంలో లేని వారిని అవశులు అంటారు.

ఈ విధంగా తిరిగి జన్మ నెత్తిన యోగభ్రష్టుడు, పూర్వ జన్మలో ఏది అసంపూర్ణంగా ఆచరించి విడిచి పెట్టడం జరిగిందో, అట్టి యోగ జనిత సంస్కార ప్రభావం చేత తిరిగి ఆ యోగాన్ని అనుష్ఠించడానికి అనువైన ప్రదేశములో, అనుకూలమైన పరిసరాల నడుమ జన్మించి, అభ్యాసమును ప్రత్యేకమైన ఇచ్ఛతో ప్రారంభించక పోయినా, పూర్వ సంస్కారాల ఒత్తిడికి లొంగి ఆచరిస్తాడు. కర్మాభిలాష ఈ జన్మలో కలగక పోయినా, పూర్వ సంస్కారం తదనుగుణ మైన కర్మాసక్తిని కలిగించి కర్మాచరణమునకు పురి కొల్పుతుంది.

ఎవరి ప్రేరణ లేకపోయినా, ఏ విధమైన అనుకూల పరిస్థితులు కనిపించక పోయినా, కొందరు శైశవ దశ లోనే భక్తిని కలిగి ఉంటారు. ఎవరూ చెప్పక పోయినా, బాల్యం లోనే ఎవరో లాక్కొని పోయినట్లు వెళ్ళి ధ్యానం చేస్తూ కనిపిస్తారు. ఇవన్నీ ఇష్టపడి చేస్తున్నారు అని చెప్పడానికి ఆధారాలు లేకపోయినా, పూర్వాభ్యాస బలము చేతనే చేస్తున్నారు అని చెప్పక తప్పదు. యోగభ్రష్టుని విషయం కూడా అంతే.

యోగమహిమ ఎలాంటిదో యోగభ్రష్టుని విషయంలో స్పష్టంగా చూశాము. యోగభ్రష్టుడే కాదు, యోగమును గూర్చి తెలుసుకోవాలనే జిజ్ఞాస కలవారు కూడా వేదోక్త కర్మకాండ నుండి విడిపడి యోగరూప మైన వేదాంతము వైపు ఆకర్షితు లవుతారు అంటున్నాడు భగవంతుడు.

యోగ జిజ్ఞాసువు కూడా శబ్దబ్రహ్మమును అతిక్రమిస్తాడు ***(జిజ్ఞాసు రపి యోగస్య శబ్ద బ్రహ్మాతి వర్తతే).*** ఇక్కడ శబ్ద బ్రహ్మము అంటే, వేదోక్త కర్మానుష్ఠాన ఫలము అని అర్థం ***(శబ్ద బ్రహ్మ వేదోక్త కర్మానుష్ఠాన ఫలమ్).*** అట్టి ఫలాన్ని కూడా యోగ జిజ్ఞాసువు దాటి పోతున్నాడు ***(అతి వర్తతే).*** వేదాంత ప్రతిపాదిత మైన మార్గ ద్వయమును తెలిసిన వాడే గాక, తెలుసుకుంటున్న వాడు కూడా అనిత్య మైన వేదోక్త కర్మకాండ ఫలము నందు ఆసక్తిని త్యజిస్తాడు అని అర్థం. ఆత్మవిచారము యొక్క మహిమ అలాంటిది. ఆరంభ మైతే చాలు. అటు, ఇటు చూడదు. దుర్గతిని పొందనే పొందదు. ఈ విధంగా యోగిత్వం ఎప్పుడైనా, ఎవరి కైనా యోగ్యత్వమే. శ్రేయస్కరమే.

యోగిత్వం ఎలా శ్రేయస్కరమో కూడా చెబుతున్నాడు.

ప్రయత్నా ద్యతమానస్తు యోగీ సంశుద్ధ కిల్బిషః ।
అనేక జన్మసంసిద్ధ స్తతో యాతి పరాం గతిమ్ ॥ 45

ప్రయత్నాత్-యతమానః-తు-యోగీ-సంశుద్ధ కిల్బిషః
అనేకజన్మ సంసిద్ధః-తతః-యాతి-పరాం-గతిం

ప్రయత్నాత్	= ప్రయత్న పూర్వకముగ	అనేకజన్మ సంసిద్ధః	= అనేక జన్మల సంస్కారము వలన ప్రాప్తి నొంది
యతమానః తు	= యత్నించుచున్న వాడైన	తతః	= తదనంతరము
యోగీ	= యోగి	పరాం	= పారలౌకిక మైన
సంశుద్ధకిల్బిషః	= పాప రహితుడై	గతిం	= సిద్ధిని
		యాతి	= పొందుతున్నాడు

పార్థా! పట్టుదల కలిగి ప్రయత్నం చేసే యోగి పాపా లన్నీ పోగొట్టు కుంటాడు. అనేక జన్మలలో అభ్యసించిన యోగ ఫలితంగా యోగసిద్ధిని పొందుతాడు. ఆ తరువాత సర్వోత్కృష్ట మైన మోక్షాన్ని పొందుతాడు.

వ్యాఖ్య

యోగము శ్రేయోపాయము కనుక శ్రేయస్కరము. యోగమును ఆశ్రయించి దుర్గతిని పొందిన వారు లేరు. యోగము తల్లి లాగా మనల్ని రక్షిస్తుంది. ఆశ్రయించిన వారిని యోగమాత త్యజించదు. కొంత కాలం ఆశ్రయించుకొని, ఆ తరువాత మనం త్యజించినా, సంస్కార రూపంలో మళ్ళీ యోగం మన హృదయాన్ని తట్టి లేపి, మనస్సును ప్రేరేపించి అభ్యాసం చేయిస్తుంది. మనం యోగాన్ని విస్మరించినా, యోగం మనల్ని విస్మరించదు.

ప్రపంచంలో ఏదీ అసాధ్యం కాదు. అలాగని ఏదీ సులభ సాధ్యం కూడా కాదు. ప్రయత్నం దృఢంగా లేనపుడు ఏదయినా దుర్లభమే. గట్టి ప్రయత్నం చేసే వారికి ఏదైనా సులభమే. పట్టుదలతో యోగాభ్యాసం చేసే యోగి కొద్ది కొద్దిగా జన్మజన్మలలో సాధించు కొనిన పుణ్య సంస్కార సముదాయం చేత పాపా లన్నిటినీ క్షాళనం చేసుకుంటాడు **(ప్రయత్నాత్ యోగీ సంశుద్ధ కిల్బిషః).** ఇదంతా ఒక్క రోజులో ఊడి పడింది కాదు. అనేక జన్మలలో యత్నించి సాధించు కున్నది.

యోగాభ్యాసంలో నేడు మనం దృఢ ప్రయత్నంతో ముందుకు సాగుతున్నాము అంటే, ఈ దృఢత్వము పూర్వాభ్యాస ఫలం అని గ్రహించాలి. అనేక జన్మలలో కొద్ది కొద్దిగా ప్రోగు చేసుకున్న సంస్కారమే నేడు సంసిద్ధిని కలిగిస్తూ ఉంది.

జన సంచారము ఎక్కువగా ఉండే ప్రదేశములో కూడా ఒక వ్యక్తి చాకచక్యంతో సైకిలును వేగంగా త్రొక్కుతూ పోతున్నా డంటే, ఆ సామర్థ్యం పూర్వాభ్యాసం వల్ల ప్రాప్తించిందే కదా! యోగం విషయంలో కూడా అంతే.

అతీవ శ్రద్ధయా యుక్తో జిజ్ఞాసుః విష్ణుతత్పరః!
జ్ఞాత్వా ధ్యాత్వా తథా దృష్ట్వా జన్మభి ర్బహుభిః పుమాన్ ॥
విశేన్నారాయణం దేవం నాన్యథా తు కథంచన !

ఉత్తమ మైన శ్రద్ధ గల జిజ్ఞాసువు విష్ణుభక్తు డవుతాడు. ఆ తరువాత విష్ణుమూర్తిని గూర్చి తెలుసు

కుంటాడు. ధ్యానిస్తాడు. ఆపైన దర్శిస్తాడు. అనేక జన్మలలో ఇలా ఆచరించడం చేత దేవదేవు డైన నారాయణుని పొంద గలుగుతాడు. మరో విధంగా పొందే అవకాశమే లేదు కదా! అన్నది నారదీయం.

దీనిని బట్టి మనకు ఒక్క విషయం సుస్పష్టంగా అర్థ మవుతూ ఉంది. ఈ క్షణాన శ్రద్ధతో మనం భగవద్గీతను అధ్యయనం చేస్తున్నాము అంటే, దీని వెనుక ఎంతో కృషి ఉంది. ప్రయత్నం ఉంది. అనేక జన్మలలో ఆచరించిన సుకృతం తోడుగా ఉంది. అందుచేతనే ముక్తి అనేది శతకోటి జన్మల పుణ్యఫలంగా అభివర్ణించారు శ్రీ ఆదిశంకరాచార్యస్వామి **(ముక్తి ర్నో శతకోటి జన్మ సుకృతైః పుణ్యై ర్వినా లభ్యతే).**

పల్లవి: పాడినా నీ పాటలే
మాటాడినా నీ మాటలే ॥ పాడినా ॥
అనుపల్లవి: ఎన్ని జన్మల పుణ్యఫలమో
యెద నిండా నీ తలపులే ॥ పాడినా ॥
చరణములు:
చూడాలని నా కనులు - నిను
చూపాలని కనుపాపలు
అసువులు బాసే వేళలోగా
నీ రూపే చూపు కావాలని ॥ పాడినా ॥

నేను నీవను భేదమేల
నీవు నాలో నిలిచిన వేళ
దారి బత్తెము నామము
మోక్షపదమే గమ్యము ॥ పాడినా ॥

అని పూర్వజన్మల సుకృతాన్ని స్మరించుకొని పరవశించింది చైతన్య హృదయం.

శతకోటి జన్మల పుణ్యఫల విశేషం లేకుండా ముక్తి ప్రాప్తించదు అన్నారు. అలాంటి మార్గంలో పయనించే వారి కన్నా ధన్యు లెవ రుంటారు? కనుకనే ఈ మార్గంలో అధికంగా యత్నించే ***(ప్రయత్నాత్ ఇతి)*** యోగి సర్వ కల్మషాల నుండి విడిపడి అనేక జన్మల పుణ్యఫలంగా పరమగతిని పొందుతాడు అంటున్నాడు భగవానుడు.

అర్జునుడు మనస్సు యొక్క చంచలత్వాన్ని ప్రస్తావిస్తూ ప్రశ్నించుటకు ముందు, అంటే ముప్పై రెండవ శ్లోకం వరకు భగవానుడు ఏ విషయాన్ని గూర్చి ప్రసంగం చేశాడో, తిరిగి దానినే ఇక్కడ అందుకొని ప్రవచిస్తున్నాడు. యోగాన్ని, యోగిని ఇక్కడ ప్రశంసిస్తున్నాడు.

యోగ మార్గము పవిత్ర మైంది. శుభకర మైంది. యోగాభ్యాసము మంగళకర మైంది. అలాగని యోగాభ్యాసంలో అవరోధాలు తప్పవు. ప్రతిబంధకాలు ఉంటాయి. శ్రమ లుంటాయి. బాధ లుంటాయి. ఇవన్నీ యోగాభ్యాసంలో అనివార్యాలు. అయినా సంకల్పం నిశ్చయంగా ఉండి, ప్రయత్నం దృఢంగా సాగితే ఫలితం ఎన్నడూ దూరం కాదు.

ఒకవేళ ప్రయత్నంలో మనం విఫల మైనా, అది సాధనలో అపజయం కాదు. సాఫల్యాలు ఒక విధంగా బోధిస్తే, వైఫల్యాలు మరొక విధంగా బోధిస్తాయి. బోధ ఏదైనా జ్ఞానమే. జ్ఞానంలో ఎవరో కాదు, ఈశ్వరుడే ఉన్నాడు. యోగాభ్యాసంలో సఫల మైనా, విఫల మైనా పరమేశ్వరుడు మనకు దూరంగా లేడు.

ప్రయత్నాలు ఏదో ఒకనాడు ఫలితాలను తప్పక ముందుంచుతాయి. యోగాని కి ఫలితము యోగీశ్వరుడే. యోగికి గమ్యము పరమ పద రూపంలో ఉన్న పరమేశ్వరుడే. అదే మోక్షం. అదే పరమ మైన గతి. ఉత్కృష్ట మైన గమ్యము ***(పరాం గతిమ్, ప్రకృష్టాం గతిం).*** యోగి, లేదా యోగభ్రష్టుడు చివరగా పొందేది మోక్షమే.

ఇక మనం చేయవలసిందే ఉంది. ఏమి చెయ్యాలో చెబుతున్నాడు.

తపస్వి భ్యోఽ ధికో యోగీ జ్ఞాని భ్యోఽ పి మతోఽ ధికః ।
కర్మిభ్య శ్చాధికో యోగీ తస్మా ద్యోగీ భవార్జున ॥ 46

తపస్విభ్యః-అధికః-యోగీ-జ్ఞానిభ్యః-అపి-మతః-అధికః
కర్మిభ్యః-చ-అధికః-యోగీ-తస్మాత్-యోగీ-భవ-అర్జున

అర్జున	=	అర్జునా!			
యోగీ	=	యోగి	యోగీ	=	యోగి
తపస్విభ్యః	=	తపస్సు చేయువారి కంటె	కర్మిభ్యః చ	=	కర్మిష్ఠుల కంటె
అధికః	=	అధికుడు	అధికః	=	అధికుడు
జ్ఞానిభ్యః అపి	=	జ్ఞానుల కంటె కూడ	తస్మాత్	=	అందువలన
అధికః	=	అధికుడు	యోగీ	=	యోగివి
మతః	=	భావింప బడ్డాడు	భవ	=	అగుము!

అర్జునా! తపస్సు చేసే వారందరి కంటే యోగి శ్రేష్ఠుడు. శాస్త్ర జ్ఞానము గల వారందరి కంటే గొప్పవాడు. కర్మలు చేసే వారందరి కంటే ఉత్తముడు. కాబట్టి, పార్థా! నువ్వూ యోగివి కా!

వ్యాఖ్య

మార్గము ఏదైనా నిశ్చయంగా గమ్యమును చేర్చేదై ఉండాలి. అంతేకాదు, మార్గము సరళంగా, అల్ప ప్రయాసంతో ఉండాలి. అదే ఋజు మార్గము. నిజ మార్గము. చక్కని రాజ మార్గము. అదే ఈ అధ్యాయంలో మనం దర్శించిన ధ్యాన మార్గము. దుఃఖ సంయోగ వియోగ మార్గము.

ధ్యానస్థితి విలక్షణ మైనది. సాధన లన్నీ సంకల్పాలతో ముడిపడి ఉంటాయి. సంకల్పయుతంగా ఉంటాయి. ధ్యాన మొక్కటే నిస్సంకల్పంగా ఉండే ప్రయత్నంలో కొనసాగుతూ ఉంటుంది. ఏదో పూర్ణత్వం వైపు మనం సాగుతున్నాము అనడానికి ఇదే గుర్తు.

ధన సంపాదనలో, వస్తువులను సమకూర్చుకోవడంలో, వంట చేయడంలో, అలాగే వడ్డించడములో మనస్సు ఉంటుంది. మాటలూ ఉంటాయి. మరెన్నో సంకల్పాలూ ఉంటాయి. భోంచేసే సమయంలో మాత్రం మాటలు మూగ బోతాయి. మౌనమే రాజ్య మేలుతుంది. అది ఆలోచించే స్థితి కాదు. ఆరగించే స్థితి.

అంతవరకు సాగిన ఆలోచనలు, ఆలాపన లన్నీ ఈ ఆరగింపు కొరకే. ఇదొక ఉత్కృష్ట మైన దశ. అంతమాత్రాన, ముందు జరిగిన ఏర్పాట్లన్నీ నికృష్టాలు కావు. అవన్నీ సాగిన తరువాతే ఆరగింపులో ఆనందించే స్థితి వచ్చింది. అయినా తృప్తి చెందడమే ప్రధానం కనుక, ఏర్పాట్లు ఎన్నున్నా సాపాటే శ్రేష్ఠ మైంది. ఉత్కృష్ట మైంది.

సంకల్పాలతో ముడి పడిన సాధన లన్నీ చివరగా నిస్సంకల్ప మైన ధ్యానం వైపే తిరుగుతాయి. ధ్యానం శ్రేష్ఠ మైనదిగా చెప్పబడింది. అందుకే ధ్యానయోగి సర్వ శ్రేష్ఠుడుగా చెప్పబడ్డాడు. తపస్వుల కంటే అధికుడు

(తపస్విభ్యః అధికః శ్రేష్ఠః యోగీ). జ్ఞానవంతుల కంటే ఉత్కృష్టుడు ***(జ్ఞానం శాస్త్ర పాండిత్యం).*** కర్మాచరణమే ప్రధానంగా గల కర్ముల కంటే కూడా శ్రేష్ఠుడు ***(కర్మ లగ్నిహోత్రాది వేదోక్త కర్మ).*** అందుచేత ***(యస్మాత్)*** అర్జునా, నువ్వూ యోగివి కా! అని ఆదేశించాడు భగవానుడు ***(యస్మాత్ తస్మాత్ యోగీ భవ అర్జున!).***

తాపసుల కంటే అధికుడు

తపింప చేసేది తపస్సు ***(తపతీతి తపః).*** సాధనలో తపించే వారు తపస్వులు. కఠోర మైన నియమాలతో, నిరంతర ఉపవాసాలతో శ్రమించే వారు తపస్వులు. తపస్సు అనేది మార్గమే. మరి తపస్సుకు ఫల మేమిటి? తపస్సు యొక్క గమ్య మేమిటి? పాప నివృత్తియే తప: ఫలం. పాపములను హరించేది తపస్సు ***(తపసా కిల్బిషం హన్తి).*** కనుక తపో సాధనలో శ్రమ అధికం, ఫలం అల్పం. అదే ధ్యానంలో అయితే ఎటువంటి కఠోర నియమాలూ ఉండవు. శ్రమ అధికంగా ఉండదు. కాని, ఫలం అల్పం కాదు, మహోత్కృష్ట మైంది. సమ్యగ్దర్శన నిష్ఠయే ఫలంగా గలది. అందుచేత తపస్వుల కన్నా యోగి ఉత్కృష్ట మైన వాడు ***(తపస్విభ్యః అధికః యోగీ).***

జ్ఞానుల కంటే శ్రేష్ఠుడు

జ్ఞానము అంటే పాండిత్యము. కేవలం శాస్త్ర పాండిత్యము ***(జ్ఞానం అత్ర శాస్త్ర పాండిత్యం).*** అది కూడా మీమాంసాది శాస్త్ర జ్ఞానము. ఈ విధమైన పాండిత్యము ధర్మావగాహనకు పని కొస్తుంది. ధర్మాచరణమునకు సహకరిస్తుంది. ధర్మాచరణం ద్వారా పుణ్య సంచయము, తత్ఫలంగా స్వర్గ ప్రాప్తి కలుగుతాయి. స్వర్గ భోగాలు శాశ్వతాలు కావు. పుణ్య ఫలంగా లభించే స్వర్గం పుణ్యంతో పాటు క్షీణిస్తుంది. ఆ తరువాత భూమి గుండ్రంగా ఉంది అనేదే అనుభవానికి అందుతుంది. ధ్యాన సాధన స్వర్గ ప్రధాన మైంది కాదు. మోక్ష ప్రధాన మైంది. తిరిగి వచ్చే పోక కాదు. తిరిగి రాని పోక. నశించే గమ్యం కాదు. పరమపద గమ్యము. పరమగతి ***(పరాం ప్రకృష్టాం గతిమ్).*** అందుచేత జ్ఞానుల కన్నా యోగి శ్రేష్ఠ మైన వాడు ***(జ్ఞానిభ్యః అపి అధికః).***

కర్ముల కంటే ఉత్కృష్టుడు

ఇక్కడ కర్మ అంటే అగ్నిహోత్రాది వేదోక్త కర్మలు అని అర్థము ***(అగ్నిహోత్రాది వేదోక్త కర్మ).*** ఇవన్నీ ఇహపరాలకు సంబంధించినవే గాని పరమ పురుషార్థ మైన మోక్షము వైపు సాగేవి కావు. ఆచారాలు ఎక్కువ, అవగాహన తక్కువ. శ్రమ అధికం, ఫలం అల్పం. సదాచార జీవనము, కామ్య ఫలసిద్ధి ప్రధానంగా సాగేవే గాని, నిష్కామ్యంగా నడిచేవి కావు. సర్వాత్మ భావాన్ని ప్రసాదించేవీ కావు. అవన్నీ ధ్యానసాధన లోనే లభ్య మవుతాయి. అందుచేత యోగి కర్ముల కంటే కూడా శ్రేష్ఠమైన వాడు ***(కర్మిభ్యః అధికః యోగీ విశిష్టః).***

ధ్యాన వైశిష్ట్యము

తపో జ్ఞాన కర్మలు, మార్గం స్థాయి నుండి చూచి నపుడు అధిక శ్రమతో, అతి ప్రయాసతో కూడి ఉన్నాయి. గమ్యం స్థాయి నుండి చూచినపుడు అనిత్యంగా తెలుస్తూ ఉన్నాయి. కాని ధ్యానయోగం ప్రశాంత మార్గంలో సాగిపోతూ ఉంది. సర్వోత్కృష్ట మైన మోక్షమే గమ్యంగా కలిగి ఉంది. కనుక ధ్యాన యోగాన్ని అనుష్ఠించే ధ్యానయోగి తపస్వుల కన్నా, జ్ఞానుల కన్నా, కర్ముల కన్నా విశిష్ట మైన వాడుగా తెలుస్తూ ఉన్నాడు.

మరొక ప్రధాన విషయ మేమిటంటే, ఇంతవరకు మనం చూచిన మార్గా లన్నిటిలో ఒక్క ధ్యానం లోనే ఈశ్వరుని ప్రస్తావన ఉంది. భక్తి మిళితమై ఉంది. ధ్యానయోగికి కళ్ళు తెరచినా దైవ దర్శనమే. కళ్ళు మూసినా దైవ దర్శనమే. ఈ విషయాన్ని తరువాత, చివరి శ్లోకంలో కూడా చూడబోతాము. ఈ విధంగా ధ్యాన యోగము విశిష్టంగా, పరమోత్కృష్టంగా ఉంది. అందుకే ధ్యానయోగి ఉత్కృష్టంగా గోచరిస్తున్నాడు. ఏకంగా భగవంతుడికే

పరము ఇష్టు డయ్యాడు *(స యోగీ పరమో మత: - 6 - 32).* అందుచేత, అర్జునా! నువ్వూ యోగివి కా! ***(తస్మాత్ యోగీ భవార్జున!)*** అని అర్జునునికి ఉపదేశిస్తూ ఉన్నాడు. వాస్తవానికి ఇది కేవలం అర్జునుని కొరకు చెప్ప బడింది కాదు. యోగులు కండి - యోగులు కండి అని సర్వ మానవాళికి యోగేశ్వరుడు వినిపిస్తున్న సందేశం.

యోగు లందరిలో సర్వ శ్రేష్ఠు డెవరో చెబుతున్నాడు.

యోగినా మపి సర్వేషాం మద్గతే నాన్తరాత్మనా ।
శ్రద్ధావా న్భజతే యో మాం స మే యుక్తతమో మత: ॥ 47

యోగినాం-అపి-సర్వేషాం-మద్గతేన-అంతరాత్మనా
శ్రద్ధావాన్-భజతే-యః-మాం-సః-మే-యుక్తతమః-మతః

సర్వేషాం	=	సమస్తమైన	మాం	=	నన్ను
యోగినాం అపి	=	యోగులలో కూడ	భజతే	=	సేవించు చున్నాడో
యః	=	ఎవడు	సః	=	అతడు
మద్గతేన	=	నన్ను పొందిన	మే	=	నా చేత
అంతరాత్మనా	=	అంతఃకరణముతో	యుక్తతమః	=	ఉత్తమ యోగిగా
శ్రద్ధావాన్	=	శ్రద్ధావంతుడై	మతః	=	భావింప బడుతున్నాడు

అర్జునా! నా యందే మనస్సు నిలిపిన వాడు, నా యందే శ్రద్ధ గల వాడు, నన్నే ధ్యానించు వాడు యోగు లందరిలో శ్రేష్ఠు డని నా అభిప్రాయము.

వ్యాఖ్య

శాస్త్రాలు ఏవైనా, అవి ఏయే విషయాలను బోధించినా, అవాంతరంగా అనేక అంశాలను ప్రస్తావించినా, బాగా పరిశీలించి అర్థం చేసుకుంటే, వాటిలో అతి ప్రధానమైన, కేంద్ర విషయం ఏదో అది ప్రతి అంశం లోనూ అంతర్లీనంగా కనిపిస్తూనే ఉంటుంది. అదే చివరగా మనకు స్పష్టం చేయ బడుతుంది.

ఆరవ అధ్యాయ మైన ఈ ఆత్మసంయమ యోగము సాధన ప్రధానంగా, ధ్యానమే ముఖ్య విషయంగా నడిచింది. యోగవిధానం, యోగశిక్షణ, యోగ ప్రతిబంధకాలు, వాటిని అధిగమించే ఉపాయాలు, యోగ ఫలము - ఇలా ఎన్నో విషయాలను మహాద్భుతంగా ప్రవచించిన గీతాచార్యుడు, చివరగా **తస్మాద్యోగీ భవ!** అని తన మనస్సు లోని మాటను వినిపించి నలభై ఆరవ శ్లోకాన్ని పూర్తి చేశాడు. చివరి శ్లోకంలో, అంటే నలభై ఏడవ శ్లోకంలో అతడే యోగు లందరిలో మిక్కిలి శ్రేష్ఠుడు అంటూ అధ్యాయాన్ని సమాప్తి చేశాడు. ఇక్కడ భగవంతుడు మెచ్చుకుంటున్న యోగి ఎవడో కాదు. పూర్వ శ్లోకం లోని యోగియే. అతనిని గూర్చే ఈ చివరి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నాడు. యోగిగా మనకు తెలిసిన వ్యక్తినే ఇక్కడ భక్తుడుగా పరిచయం చేస్తున్నాడు.

శ్రేష్ఠత్వము అద్వైతానిదే

యోగు లందరిలో కూడా **(యోగినా మపి సర్వేషాం)** అతడే మిక్కిలి శ్రేష్ఠుడు **(సః యుక్త తమః)** అన్నాడు భగవంతుడు. అతడెవడు అంటే, (1) మిక్కిలి శ్రద్ధ కలిగిన వాడు (2) మనస్సును శ్రీకృష్ణుని యందే నిలిపిన వాడు.

యోగు లందరిలో శ్రేష్ఠుడు అంటే, ఒకే యోగమును అనుష్ఠించే అనేక మందిలో శ్రేష్ఠుడు అని అర్థం కాదు. అనేక యోగాలు, అంటే రుద్రాదిత్యాది దేవతలను ధ్యానించడంలో అభిరుచి కలిగి, అనేక మంది

దేవతలను అనేక యోగాల ద్వారా సేవించే వారందరిలో శ్రేష్ఠుడు అని అర్థము. ఎవడైతే శ్రీకృష్ణుని యందే మనస్సును నిలిపి ధ్యానిస్తాడో వాడే యుక్తతముడు ***(యుక్తతమః)***. అంటే, వాసుదేవుని యందు స్థిరంగా మనస్సు నిలిపిన వాడు అని అర్థం ***(మయి వాసుదేవే సమాహితేన, అన్తరాత్మనా అన్తః కరణేన)***.

వాసుదేవః - అంటే వాసువు, దేవుడు అని రెండు పదాలుగా అర్థం చేసుకోవాలి. ***వసన్తి అస్మిన్ జగన్తి ఇతి వాసుః*** - లోకము లన్నీ ఎవరి యందు ఉంటాయో, అతడు వాసువు. ***దివ్యతీతి దేవః*** - ప్రకాశించు వాడు దేవుడు. ***వాసుశ్చ అసౌ దేవశ్చ వాసుదేవః*** - జగన్నివాసుడు, ప్రకాశైక స్వరూపుడు అయిన భగవంతుడే వాసుదేవుడు. అట్టి వాసుదేవుని యందు మనస్సును లగ్నం చేసిన వాడే యోగిశ్రేష్ఠుడు ***(మద్గతేన అంతరాత్మనా)***.

అన్య దేవతలను ధ్యానించే వారు ఒక దేవత మరొక దేవత కన్నా అన్య మనే భావనలో ఉంటారు. రుద్రుని ధ్యానించే వారికి సూర్యుడు వేరే దేవత. సూర్యోపాసన చేసే వారికి రుద్రుడు వేరే దేవత. ఈ విధమైన యోగులు ఆచరించే ధ్యానాలలో ద్వైతమే ప్రధానంగా ఉంది. కాని, వాసుదేవుని ధ్యానించే భక్తుడు ద్వైతి కాడు. అతడి మనస్సు తన అంతరంగ మందు ప్రకాశిస్తున్న వాసుదేవుని యందే లగ్నమై ఉంది. సర్వభూతాల హృదయాలలో వసించే వాడు వాసుదేవుడు. ఆయన కన్నా అన్యంగా జగత్తు లేదు. జీవులలో ప్రకాశించేది తానే. జీవ చైతన్యము ఈశ్వర చైతన్యమే ***(అయమాత్మా బ్రహ్మ)***. ఇది అద్వైత ధ్యానమే గాని, ద్వైత ధ్యానం కాదు. అద్వైత భావనలో అద్వితీయ ధ్యానాన్ని కొనసాగించే యోగి, ద్వైత ధ్యానాలను సాగించే వారందరిలో శ్రేష్ఠుడు ***(యుక్తతమః)***. అందుచేత అతడు శ్రద్ధావంతుడు.

శ్రద్ధావంతుడు

శాస్త్ర విషయము నందు, శాస్త్రమును వివరించి చెప్పే ఆచార్యుని యందు అకుంఠిత మైన విశ్వాసమే శ్రద్ధ ***(శాస్త్రస్య గురు వాక్యస్య సత్య బుద్ధ్యవధారణమ్ శ్రద్ధా!)***. ఈ విధమైన శ్రద్ధ చేత బ్రహ్మ వస్తువు పొంద బడుతుంది ***(యయా వస్తు ఉపలభ్యతే)***.

బ్రహ్మ మొక్కటే సత్యము. అదే నీవు. దానికి అన్యమైన దంతయు మిథ్య అని శాస్త్రము నందు, గురు వచనము నందు లభించే విషయముపై విశ్వాసమే శ్రద్ధ ***(బ్రహ్మైవ సత్యం, తదేవ త్వం, అన్యత్ సర్వం మిథ్యా, ఇతి గురుణా వేదాంతైః బోధ్యమానం వస్తు విశ్వసితి)***. ***తత్త్వమసి*** అనే మహావాక్యమును ప్రతిపాదించేదే శాస్త్రము. గురు వాక్యము అంటే, శాస్త్రము ప్రతిపాదించిన ***తత్త్వమసి*** వాక్యమును వ్యాఖ్యానించే ప్రసంగ విషయము ***(శాస్త్రం తత్త్వమస్యాది శాస్త్రం, 'గురువాక్యం' తదనుసారి)***. ఈ రెండు విషయాల యందు విశ్వాసమే శ్రద్ధ. శ్రద్ధ గల వాడు జ్ఞానాన్ని పొందుతాడు ***(శ్రద్ధావాన్ లభతే జ్ఞానం)***. ఇక్కడ పొందే జ్ఞానము బ్రహ్మాత్మ జ్ఞానము. ఆత్మయే బ్రహ్మము అనే జ్ఞానము. జగద్రూపంలో ఉన్నది జగత్తునకు అభిన్న నిమిత్త ఉపాదాన కారణ మైన బ్రహ్మమే. కనుక జగత్తు బ్రహ్మము కన్నా అన్యంగా లేదు. బ్రహ్మమే విశ్వము ***(బ్రహ్మైవేదం విశ్వమితి, సర్వం ఖలు ఇదం బ్రహ్మ)***. ఇక ఆత్మ ఏదైతే అంతర్యామిగా ఉందో అది కూడా బ్రహ్మమే అని గ్రహించాము ***(అయమాత్మా బ్రహ్మ)***. బ్రహ్మము, జగత్తు, ఆత్మ - ఈ మూడూ ఒక్కటే అనే అఖండ జ్ఞానములో రెండెక్కడ ఉన్నాయి? ఇదే అద్వైత జ్ఞానము. అద్వైతానుభూతి. ఇది అన్య దేవతలను ద్వైత భావంతో ఆరాధించే వారికి కలగదు. కనుక యోగు లందరి కంటే శ్రద్ధావంతుడై, మనస్సును ఆత్మ యందే లగ్నం చేసిన ధ్యానయోగి శ్రేష్ఠుడు అని చెబుతూ, ఏ పాకమైనా అగ్ని సంపర్కము లేకుండా తయారు కానట్లు, ఏ యోగ మైనా ప్రేమ స్వరూపమైన భక్తి లేకుండా పూర్ణత్వాన్ని సంతరించుకోదు అనే అద్భుత మైన సత్యాన్ని కూడా అందించి అధ్యాయానికి, అధ్యాయ షట్కానికి ముగింపు పలుకుతున్నాడు ముకుందుడు. ***మాం భజతే*** - యోగి నన్నే సేవిస్తున్నాడు అని పలికాడు.

ఈ అధ్యాయంతో ప్రథమ అధ్యాయ షట్కం ముగిసింది. భగవద్గీత ***తత్త్వమసి*** వాక్య వివరణమే నని ముందే తెలుసుకొని ఉన్నాము. మొదటి ఆరు అధ్యాయాలు ***త్వం*** పద నిర్దేశ మని, మూడవ ఆరు అధ్యాయాలు ***అసి*** పద నిర్దేశ మని, రెండవ ఆరు అధ్యాయాలు ***తత్*** పద నిర్దేశ మని గ్రహించాము.

త్వం - అంటే నీవు. నీవు అంటే ఆత్మ. ఆత్మను గూర్చిన సంపూర్ణ విషయాన్ని అందించిన ఈ ప్రథమ అధ్యాయ షట్కము ఆత్మధ్యానంతో సమాప్త మైంది. ఇక రాబోయే రెండవ అధ్యాయ షట్కము ***తత్*** పదమును నిర్దేశిస్తుంది. ***తత్*** అంటే అది. అది అంటే బ్రహ్మము. పరమేశ్వరుడు. పరమేశ్వరునికి సంబంధించిన ఈ రెండవ ఆరు అధ్యాయాలు, అంటే ద్వితీయ అధ్యాయ షట్కము పరమేశ్వరుని గురించి విశేషంగా ప్రవచించి, పన్నెండవ అధ్యాయ మైన భక్తి యోగంతో సమాప్త మవుతుంది. ఏడవ అధ్యాయంతో భక్తి షట్కము ప్రారంభ మవుతూ ఉంది కనుక, ఈ రెండు షట్కాలను అనుసంధానం చేస్తూ, ***మయ్యాసక్త మనః*** అనే ఏడవ అధ్యాయం యొక్క ప్రారంభ శ్లోకాన్ని ***మాం భజతే*** అనే ఈ ఆరవ అధ్యాయం యొక్క చివరి శ్లోకాన్ని భక్తి పాశంతో ముడి వేస్తున్నాడు.

భక్తియే ముక్తి

భక్తి శ్రేష్ఠ మైనది. పవిత్ర మైనది. నిరపాయ మైనది. ప్రేమయుత మైనది. మోక్షానికి ఉపకరించే సాధనలలో భక్తియే విశిష్ట మైనది అన్నారు శ్రీ ఆదిశంకరులు ***(మోక్ష సాధన సామగ్ర్యాం భక్తి రేవ గరీయసీ)***. మరి భక్తి అంటే ఏమిటి? భక్తికి నిర్వచన మేమిటో కూడా ఆచార్యులే తెలిపారు. స్వస్వరూప సంధానమే భక్తి అని నిర్వచించారు. అంటే, జీవబ్రహ్మైక్యము, లేదా బ్రహ్మాత్మ జ్ఞానమే భక్తి ***(స్వస్వరూపాను సంధానం భక్తి రిత్యభిధీయతే)***.

ద్వితీయ అధ్యాయ షట్కము తత్పదము. భక్తి తత్పదానికి సంబంధించింది. భక్తి గల హృదయం లోనే జ్ఞానాంకురము దర్శన మిస్తుంది. భక్తి లేకుండా కర్మయోగం లేదు. భక్తి లేకుండా జ్ఞానయోగమూ లేదు. కర్మయోగి భక్తుడు. జ్ఞాని కూడా భక్తుడే అని భగవంతుడే ప్రబోధించాడు *(7 - 16)*. ఆత్మజ్ఞ డైన జ్ఞాన భక్తుడికి తాను, తనకు జ్ఞాని భక్తుడు ప్రియుడు అని కూడా చెప్పాడు *(7 - 17)*. శ్రేష్ఠుడైన భక్తుడు నాకు ప్రియుడు అని గీతలో అనేక చోట్ల ప్రస్తావించిన పరమేశ్వరుడు, ఆరవ అధ్యాయాన్ని కూడా ఆ భావం తోనే సమాప్తి చేసి *(6 - 47)* ద్వితీయ అధ్యాయ షట్కంలో ప్రవహించే భక్తి నదిలో మన లందరిని మంగళ స్నానం చేయించాలని సంకల్పించి ***తస్మాద్యోగీ భవార్జున!*** అందుచేత యోగివి కా, అర్జునా! కర్మయోగివి కా! ధ్యానయోగివి కా! భక్తియోగివి కా! అని అర్జునుని నిమిత్తంగా చేసుకొని, తనను విశ్వసించి బ్రతుకుతున్న మనందరి చెవులకు అమృత సందేశాన్ని అందించాడు.

కరిష్యే వచనం తవ - అయ్యా! నీ మాటే నాకు శిరోధార్యం. నువ్వు చెప్పినట్లే చేస్తాను అని గీత ముగింపు లోనే కాదు, ప్రారంభం నుండి అడు గడుగుకు మ్రొక్కుతూ పలకాలి. ***అడుగు అడుగుకు కొండల రాయా దండము గైకొనవా!*** అంటూ పాడుకొంటూ ముందుకు సాగాలి. అంతేకాదు, ఆ బాటలో నిశ్చింతగా సాగి పొమ్మని మనస్సుకు తట్టి మరీ చెప్పాలి. అది అభయమార్గ మని పదే పదే బుద్ధికి పట్టించాలి. భక్తి పీయూషంతో చిత్తాన్ని ముద్దముద్దగా తడపాలి.

మనసా! మహిని చూశావు. మహిలో మాయలు చూశావు. మమతలు చూశావు. వాటిలో మోసాలు చూశావు. అంతా మంచే అనుకున్నావు. వంచనను జీర్ణించుకోలేక పోయావు. నాది - నాది అంటూ తిరిగావు. ఏది నాది? అంటూ నిరాశలో నిలబడ్డావు. అందా లనుకొని ఆశించావు. బంధాలని తెలిసి అలమటించావు. ఎంతో శ్రమించావు. ఎంతగానో పరిశ్రమించావు. కుదుట పడిం దెక్కడ? ఊరట చెందిం దెప్పుడు? విరామ మెక్కడ? విశ్రాంతి

ఎప్పుడు? నిర్దయ గుడిసెలో అశాంతి కప్పు క్రింద ఎంత కాలం మనుగడను సాగిస్తావు? రా! ఇలారా! ఆ మాయాజాలం నుండి బయటపడు!

వచ్చావా! వచ్చేశావా! ఇక పోదాం పద. వెను దిరిగి చూడకు. శాంతి సదనం ముందుంది. మన కొరకు నిరీక్షిస్తూ ఉంది. భారాలు లేని, బాధలు తెలియని, భయాలు అర్థం గాని అభయ సదన మది. శాంతి నిలయ మది. ముకుందుని మందిర మది. అదిగో . . . పో. . . పో . . . అలాగే ముందుకు పో!

ఏహ్యేహి బుద్ధే భవతీతి శాన్త్యై
గచ్ఛాశు గోవింద పదార విన్దమ్ ।
యద్యన్తరా త్వాం విషయా నిహన్త్యుః
క్రోశత్వ మంభోరుహ లోచనేతి ॥

మనసా! వెళ్ళు. . . వెళ్ళు . . ! బాధల నుండి బయటపడి శాంతిని పొందాలని ఉందా? అయితే, వెళ్ళు! గోవిందుని చరణార విందాలను పట్టుకో! మార్గమధ్యంలో విషయాలు అడ్డు తగిలి అవరోధాలను సృష్టిస్తా యేమో నని భయపడకు! అదే జరిగితే, కమలలోచనా! కృష్ణా! అని బిగ్గరగా అరిచేయ్ *(ఆక్రోశః)!*

ఆర్తుల బాధలను చూచి ఆదుకొనేందుకే అచ్యుతునికి అంభోరుహ లోచనా లున్నాయి. కనిపెట్టుకొని కాపాడేందుకే కన్నయ్యకు కమల నయనా లున్నాయి. ఆలోచించకు! ఆనందాన్ని దూరం చేసుకోకు! నీకు అంతా శుభమే జరుగుతుంది! తప్పక కైవల్యం ప్రాప్తిస్తుంది! అస్తు.

ఇతి శ్రీమద్భగవద్గీతా సూపనిషత్సు బ్రహ్మవిద్యాయాం
యోగశాస్త్రే శ్రీకృష్ణార్జున సంవాదే ఆత్మసంయమ యోగో నామ షష్ఠో౽ధ్యాయః

ఈ విధంగా ఉపనిషత్తులు, బ్రహ్మవిద్య, యోగశాస్త్రము, శ్రీకృష్ణార్జున సంవాదము అయిన భగవద్గీత యందు ఆత్మసంయమ యోగ మనే ఆరవ అధ్యాయము.



చైతన్య భగవద్గీత

అథ సప్తమో౽ధ్యాయః - ఏడవ అధ్యాయము

విజ్ఞాన యోగః - విజ్ఞాన యోగము

త్వం పదార్థ శోధనము

ఇది ఏడవ అధ్యాయము. సంఖ్యాపరంగా లెక్కించే టప్పుడు ఏడు అనే అంకె వద్ద మనిషి సంశయిస్తాడు. ఏడు అన కుండా ఆరు న్నొకటి అంటాడు. ఏడు అంటే ఏడుపే మిగులు తుందేమో, దుఃఖం ప్రాప్తిస్తుందేమో అని సందేహిస్తాడు.

అలాగని అంకెల ఆగడాలకు జడిసి, జాతకాల జగడాలకు బెడిసి, వచ్చే దుఃఖం పారి పోతుందా? పిల్లి శాపాలకు ప్రారబ్ధం మారి పోతుందా? దుఃఖాన్ని ఎవ్వరూ ఆహ్వానించరు. **మా కశ్చిత్ దుఃఖభాగ్ భవేత్** - ఎవ్వరికీ దుఃఖం కలుగకుండు గాక! అనే బుధజను లందరూ భావిస్తారు. ప్రార్థిస్తారు. చీకటిని పొమ్మంటే పోతుందా? వెలుగు వస్తే చీకటి పోతుంది. దూరం కమ్మంటే దుఃఖం దూర మవుతుందా? పరమేశ్వరుడు హృదయంలో ప్రవేశిస్తేనే శోకం అంతరిస్తుంది.

పరమేశ్వరుడు హృదయంలో ప్రవేశించడానికి ఆయన హృదయంలో లేకపోతే కదా! ఆయన మన హృదయంలో ఉన్నాడు అనే సత్యాన్ని గ్రహించడమే, తెలుసుకోవడమే ఇక్కడ ప్రవేశ మంటే. దేవుడు ఎక్కడో మబ్బులో దాగి ఉన్నాడని తలలు పైకెత్తి మతాలు ప్రార్థిస్తే, హృదయం లోనే ఉన్నాడని గ్రహించి, తలలు దించి, అంతర్ముఖులై ఋషులు ధ్యానమగ్ను లయ్యారు. **వేదాహ మేతం పురుషం మహాన్తం** - మహానుభావు డైన ఈ పురుషోత్తముని నేను తెలుసుకున్నాను అని పలికారు. నేను తెలుసుకున్నాను అంటే, ఆ మహాపురుషుడే నేను అని తెలుసుకున్నాను అని అర్థం. **అహం బ్రహ్మైవ** - నేను బ్రహ్మమునే అని తెలుసుకున్నాను అని బ్రహ్మాత్మజ్ఞానంతో దివ్యంగా పలికారు. నా విషయంలో 'నేను' అని చెప్ప బడేదే నీ విషయానికి వచ్చే సరికి 'నీవు' అని పలకడం జరుగుతూ ఉంది **(త్వం).** నీవు అని ఏదైతే చెప్ప బడిందో అదే 'తాను' **(తత్).** ఇలా నీవుగా, తానుగా వ్యవహరింప బడుతున్న ఇద్దరూ ఒక్కరే అయి ఉన్నారు. అదే **అసి** అనే క్రియాపదము. సమన్వయార్థక క్రియాపదము **(అసి). తత్ - త్వమ్ - అసి** - ఈ మూడు పదములను పరిశోధించి వాటి స్వరూపాన్ని సంపూర్ణముగా గ్రహించడమే మోక్షము.

త్వం పదార్థ శోధనను మొదటి ఆరు అధ్యాయాలలో చెప్పుకొని కర్మసన్యాస రూపమై, సాధన ప్రధాన మైన ప్రథమ అధ్యాయ షట్కమును ముగించుకున్నాం. ఆత్మ స్వరూపాన్ని అవగతం చేసుకున్నాం. అదే సాంఖ్యం. రెండవ అధ్యాయం. శుద్ధ ఆత్మతత్త్వ విజ్ఞానం. జ్ఞాన ప్రాప్తికి, ఆత్మజ్ఞాన ప్రాప్తికి అవసర మయ్యే చిత్తశుద్ధికి ఉపాయ మైన కర్మయోగము అనే బహిరంగ సాధనను మూడు, నాలుగు, ఐదు అధ్యాయాలలో వీక్షించాము. అందులోనే, అంతరంగ సాధన మైన ధ్యానమును ఆరవ అధ్యాయంలో దర్శించాం. అంతటితో **త్వం** పదార్థ శోధన ముగిసింది. ప్రథమాధ్యాయ షట్కం ఇంతటితో సమాప్త మైంది.

తత్ పదార్థ శోధనము

ఏడవ అధ్యాయంతో **తత్** పదార్థ శోధన ప్రారంభమై పన్నెండవ అధ్యాయమైన భక్తియోగం వద్ద సమాప్త మవుతుంది. ఈ ద్వితీయాధ్యాయ షట్కము **తత్** పద నిర్దేశము. పరమేశ్వరుని స్వరూపాన్ని గూర్చి చర్చిస్తుంది.